

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Институт специального образования

Кафедра теории и методики обучения лиц с ограниченными возможностями
здоровья

**Формирование и закрепление графомоторных навыков у
обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта**

Выпускная квалификационная работа
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
Профиль «Олигофренопедагогика»

Квалификационная работа
допущена к защите доктор филол. наук
профессор А.В. Кубасов

дата

подпись

Исполнитель:
Новгородцева Анастасия
Викторовна
обучающийся БО-41 группы
очного отделения

Подпись

Научный руководитель:
Мухин Николай Юрьевич
Кандидат филологических наук,
доцент кафедры теории и
методики обучения лиц с
ограниченными возможностями
здоровья

Подпись

Екатеринбург 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА.....	7
1.1. Психолого-педагогическая характеристика обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.....	7
1.2. Научные основы исследования взаимосвязи интеллектуального развития и развития графомоторных навыков	13
1.3. Характеристика типичных нарушений графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта и причин их возникновения.....	22
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА.....	28
2.1. Характеристика базы исследования и контингента обучающихся, задействованных в констатирующем этапе экспериментального исследования.....	28
2.2. Констатирующий эксперимент, направленный на выявление уровня сформированности графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта	30
2.3. Анализ результатов констатирующего эксперимента	45
ГЛАВА 3. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА.....	52
3.1. Коррекционно-развивающая программа, направленная на повышение уровня сформированности графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.....	52

3.2. Анализ результатов реализации коррекционно-развивающей программы.....	61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	67
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	70
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	

ВВЕДЕНИЕ

Развитие речи - одно из важных направлений общего развития обучающихся младших классов. Письменная речь, как и речь в целом – явления многогранные. Выражение содержания речи и мыслей человека с помощью графических знаков при письме – одна из составляющих письменной речи. Овладение графическими навыками – важное направление развития обучающихся, особенно это касается обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что без владения техникой письма, то есть графическим навыком невозможно развитие письменной речи как таковой.

Как показывает практика научение письму очень трудоемкий этап в начале школьного обучения. Сложность процесса формирования навыка письма заключается в том, что он не интересен обучающимся, что не дает возможности осознанно сформировать правильный графомоторный навык. Знакомство с написанием букв ведется в большей степени над начертаниями отдельных ее элементов, а не над целостным её написанием.

Из-за недостаточной теоретической разработанности проблемы обучения письму и несовершенства решений этой проблемы на практике, специалисты вновь и вновь обращаются к поискам ее дальнейшего теоретического и практического решения.

С каждым годом количество обучающихся младших классов с трудностями обучения письму возрастает.

Графика, что в лингвистике понимается как начертание письменных или печатных знаков, букв – ключевое понятие в методике обучения начальному письму.

Навык письма у разных авторов (Н. А. Агаркова, 1978; М. М. Безруких, 2001; О. Б. Иншакова, 2003; Р. Д. Тригер, 1998; Н. С. Пантина,

1967; О. С. Филиппова, 1999 и др.) обозначается различно: «базовые графические умения и навыки», «базисные графические движения», «графические умения», «графомоторный навык», «двигательный навык письма», «элементарный графический навык». Понятие «графический навык» содержит в себе всю полноту графики, как раздела лингвистики, в том числе печатных знаков, букв и письменных букв.

По мнению специалистов и практиков, процесс формирования графомоторных навыков является не простым и длительным по времени. Лишь по средствам многочисленных упражнений можно развить навык письма у обучающихся младших классов, имеющих интеллектуальные нарушения.

Проблемы развития графомоторных навыков данной категории обучающихся можно объяснить особенностями их учебной деятельности: обучающимся свойственны неумение соблюдать последовательность выполнения заданий на уроке и анализировать, а так же недостаточная целенаправленность действий, неумение себя контролировать, выявлять и исправлять допускаемые ошибки. Многие авторы (А. Н. Граборов, Е. К. Грачева, М. П. Постовская, Г. Я. Трошин) говорят о том, что недостаточное развитие мелкой моторики: недостаточное развитие руки, кисти, ручных умений значительно усложняет процесс формирования графических навыков обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

По мнению таких авторов как Г. Н. Рахмаковой, Е. И. Скиотис, Р. Д. Тригер, проблема несформированности навыка зрительно – двигательных образов буквенных знаков у обучающихся младших классов с интеллектуальными нарушениями связана со сниженным уровнем сенсорных процессов, что проявляется, например, неумении писать буквы слитно.

Объект исследования – графомоторные навыки у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.

Предмет исследования – приемы формирования графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.

Цель исследования заключается в изучении специфики формирования графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.

Задачи:

- 1) Дать психолого-педагогическую характеристику обучающихся младшего школьного возраста с нарушением интеллекта.
- 2) Раскрыть научные основы исследования взаимосвязи интеллектуального развития и развития графомоторных навыков.
- 3) Дать характеристику типичным нарушениям графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта и раскрыть причины их возникновения.
- 4) Выявить нарушения графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта по итогам констатирующего эксперимента.
- 5) Раскрыть приемы коррекции нарушений графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта.
- 6) Создать коррекционно-развивающий курс, направленный на повышение уровня сформированности графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.
- 7) Проанализировать результаты проведенного коррекционно-развивающего курса по итогам контрольного эксперимента.

Методы исследования:

- теоретические: анализ, синтез, обобщение, систематизация, классификация и др.;
- эмпирические: наблюдение, изучение продуктов деятельности обучающихся, изучение документации, эксперимент, специальные авторские методики.

Структура ВКР. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трёх глав, заключения, списка источников и литературы и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

1.1. Психолого-педагогическая характеристика обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта

Период обучения в младших классах совпадает с границами младшего школьного возраста и лежит в пределах от 6-7 до 9-10 лет. Возможность систематического обучения в младших классах обеспечивается физическим и психофизиологическим развитием обучающихся в это время.

При поступлении в школу существенно изменяется социальная ситуация развития обучающихся. Они становятся «общественными» субъектами и имеют теперь социально значимые обязанности, выполнение которых оценивается обществом. В начальных классах у обучающихся складывается абсолютно новый вид отношений с окружающими людьми. Безоговорочный авторитет взрослых со временем уменьшается и к концу начальных классов наибольшее значение для обучающихся имеет детское общество.

Учебная деятельность является ведущей на начальном этапе обучения. Она обуславливает важные изменения, которые происходят в психическом развитии обучающихся в данный возрастной период.

Ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность. Она определяет важнейшие изменения, происходящие в развитии психики обучающихся на данном возрастном этапе. В рамках учебной деятельности формируются психологические новообразования, которые не только характеризуют основные достижения в развитии обучающихся младших классов, но еще и являются той основой, которая

обеспечивает развитие на следующих возрастных этапах. Мотивация к учебной деятельности является сильной только в первом классе, за тем она постепенно снижается. Это объясняется тем что обучающиеся уже имеют общественную позицию и не стремятся достичь чего-то большего. Для того что бы интерес к учебе не падал необходимо придать обучающимся новую личностно значимую мотивацию. Помимо учебной деятельности обучающиеся младших классов принимают активное участие и в других видах деятельности, в ходе которых улучшаются и фиксируются их новые достижения.

Мотив достижения успеха - основной мотив деятельности обучающихся младших классов, так как именно в этом возрасте увеличивается стремление обучающихся к достижениям. Порой мотивом является избегание неудач.

На этапе обучения в начальных классах у обучающихся развивается направленность на окружающих людей, которая выражается в просоциальном поведении, которое является значимой для развитых личностей.

Способность к эмпатии так же развивается в начальной школе. Это объясняется тем что обучающиеся участвуют в новых для них деловых отношениях, начинают сравнивать себя с другими обучающимися – с их успехами, достижениями, поведением. Это приводит к развитию личностных качеств каждого обучающегося. Исходя из всего вышесказанного, можно сказать, что младший школьный возраст – самый ответственный этап школьного детства. Учебная деятельность обуславливает главные достижения данного возраста, которые являются определяющими для следующих этапов обучения: к концу начальной школы обучающийся должен не только хотеть учиться, но и уметь учиться, веря в свои силы.

Эффективное прохождение этого возрастного этапа, позитивные приобретения в этом возрасте – это те необходимые условия, которые обеспечивают последующее развитие обучающегося как активного субъекта

познаний и деятельности. Главная задача родителей и педагогов в работе с обучающимися младших классов – создать оптимальные условия для раскрытия и реализации возможностей обучающихся.

Позднее развитие, сниженные умственные способности а так же нарушение всех сторон психики: моторики, сенсорики, внимания, памяти, речи, мышления, высших эмоций – общие черты всех обучающихся с нарушениями интеллекта.

Недоразвитая двигательная сфера у обучающихся данной категории выражается в нарушениях и слабости статистических и локомоторных функций, координации, точности и темпа произвольных движений. Обычно движения обучающихся замедленны и неуклюжи, чаще всего они плохо бегают и прыгают.

Моторная недостаточность у разных групп данной категории обучающихся проявляется различно. При олигофрении тормозного типа: бедные, однообразные движения, резкая замедленность их темпа, вялость, неловкость, угловатость. У обучающихся с нарушениями интеллекта с преобладанием процесса возбуждения проявляется проблема повышенной подвижности, но движения являются нецеленаправленными и беспорядочными, затруднено произведение последовательности и координации действий.

Обучающимся с нарушениями интеллекта свойственны особенности внимания его сложно привлечь и трудно удержать. Слабое активное внимание затрудняет достижение заранее поставленных задач. Наблюдения за обучающимися с нарушениями интеллекта в процессе учебно-воспитательной работы и практики их экспериментального обучения, свидетельствуют о существенных потенциальных возможностях развития внимания этих обучающихся. Если создать благоприятные условия и соблюдать специфику работы, то к концу первого класса большая часть обучающихся активно включится в учебный процесс, будет выполнять инструкции педагога, переключаться с одного вида деятельности на другой.

Обучающиеся с отклонениями в развитии не воспринимают предметы в целом, не анализируют воспринимаемый материал, не могут его сравнивать, то есть их восприятие можно считать поверхностным, глобальным.

Мышление обучающихся с нарушениями интеллекта является бессистемным, инертным, беспорядочным, со слабыми смысловыми связями и трудностями их установления. Очень тяжело даются обучающимся даже самые элементарные обобщения. Они могут различать разные предметы; при обучении способны объединить предметы в определенные группы (посуда, растения и др.). Однако отличия между отдельными предметами и явлениями устанавливаются ими только в пределах конкретного; при необходимости отвлечения от конкретной ситуации они становятся беспомощными. Большие затруднения у обучающихся с нарушениями интеллекта вызывают понятийные обобщения, чаще всего они заменяются ситуационными обобщениями или не обобщаются вообще. У обучающихся не получается разложить в определенной последовательности иллюстрации, на которых изображена последовательная череда событий; они кладут их беспорядочно, без учета изображенного содержания. Так же у обучающихся возникают сложности при составлении связного рассказа по сюжетным картинкам.

Недостатки мышления у обучающихся с нарушениями интеллекта особенно проявляются при обучении счету или грамоте. При чтении текста многие из обучающихся не в состоянии осмыслить его содержание. Из-за фрагментарного восприятия обучающиеся не могут логически связать предложения текста и обобщить прочитанное. Обучающиеся не замечают собственных ошибок, по этому не могут их исправить. Усвоение материала происходит неосознанно, механически.

Умственно отсталые обучающиеся овладевают порядковым счетом и производят с помощью наглядных средств арифметические действия, но отвлеченный счет даже в пределах первого десятка им, чаще всего, недоступен.

Решение задач так же вызывает большие сложности у обучающихся с нарушениями интеллекта. Им трудно запомнить условия задачи, устанавливать нужные смысловые связи, часто они просто выполняют отдельные арифметические действия [14, с. 37].

В результате обучения у обучающихся происходит накопление представлений и элементарных понятий, но они не всегда связаны между собой. Суждения обучающихся являются бедными и не самостоятельными: они просто повторяют то, что когда-то слышали в окружении без переработки на основе собственного опыта.

Познание психологических механизмов интеллектуальной несостоятельности умственно отсталых обучающихся позволило бы решать многие важнейшие вопросы коррекции их развития. Некоторые исследователи пытаются вскрыть эти причины и делают определенные теоретические выводы.

В исследованиях интеллектуальной сферы обучающихся с нарушениями интеллекта, кроме того, что отмечается низкий уровень умственного развития этих обучающихся, а также выделяется «резкое понижение психического тонуса», «негативизм, ускользание от внешних раздражений, невнимательность, психическая пассивность». Эти черты «непринятия задачи» констатируются в исследованиях Н. И. Волохова, И. М. Соловьева, А. Н. Граборова.

Зарубежные ученые в своих исследованиях, посвященных мышлению и речи умственно отсталых детей, изучали возможности обучающихся данной категории производить операции различения, опираясь на принцип классификации, и сделали данные выводы. Во – первых, способности, участвующие в использовании сенсорного опыта, бесспорно, недостаточны. Во-вторых, механический материал заучивается гораздо медленнее, чем материал с логическими связями. В-третьих, у обучающихся затруднен начальный этап выполнения задания: процесс выяснения, выделения нужных признаков может занять много времени.

И так, для формирования мыслительной деятельности обучающихся с нарушениями интеллекта необходимо использование ряда приемов: варьирование предъявляемого материала, применение словесных подкреплений, включение речевого компонента как необходимого условия выполнения задачи.

Глубокое недоразвитие речи является следствием грубых нарушений интеллекта. Речь появляется гораздо позже чем у детей без нарушений интеллекта. Чужая речь плохо, примитивно понимается обучающимися с нарушениями интеллекта. Они улавливают тон, интонацию, мимику говорящего и отдельные опорные слова, связанные большей частью с их непосредственными потребностями. Благодаря расширению и обогащению пассивного словаря понимание обращенной речи со временем улучшается, но оно остается ограниченным и связанным только с личным опытом обучающегося. Жесты, нечленораздельные звуки, своеобразные слова в которые обучающиеся вкладывают своеобразный смысл – все это компенсирует отсутствие речи [14, с. 43].

Память обучающихся с нарушениями интеллекта отличается маленьким объемом и большим количеством искажений при воспроизведении материала. Логическая и механическая память находятся на одинаково низком уровне.

Все нарушения и дефекты, характерные обучающимся с нарушениями интеллекта полностью проявляются в их трудовой деятельности: им сложно изменить свою деятельность соответственно с новой инструкцией. Им гораздо проще повторять одни и те же заученные ими операции. Из-за этого образуется костный стереотип, который почти невозможно преодолеть в незнакомых обстоятельствах.

Многие ученые такие как, М. С. Певзнера, Г. Е. Сухарева посвятили свои клинико-психологические и экспериментально-психологические работы особенностям личности обучающихся с нарушениями интеллекта.

Отсутствие самостоятельности и инициативы - типичные черты личности обучающихся данной категории. Эмоции относительно сохранены. Многие из них чувствительны к оценке своей личности другими людьми. Побудить таких обучающихся к деятельности, возможно только при затрагивании их узких интересов. Если интересы не затрагиваются, то возникающее при этом побуждение является слабым и быстро исчерпывается.

В ходе изучения самооценки умственно отсталых обучающихся установлено, что они ставят себя обычно на первое место, на второе – своего товарища, на третье – взрослого человека. Это логично ведь обучающимся легче понять друг друга, между ними возможно коллективное общение, а осмыслить интеллектуальную деятельность взрослых людей им сложнее.

Таким образом, психолого–педагогическая характеристика обучающихся с нарушениями интеллекта позволяет говорить о них, как об особой группе обучающихся, основными чертами которой являются психофизиологический дефект и, в основном, выраженные органические нарушения.

1.2. Научные основы исследования взаимосвязи интеллектуального развития и развития графомоторных навыков

В психологическом словаре отмечено, что слово «Графика» имеет несколько определений (вид изобразительного искусства, раздел лингвистики).

Графика, как раздела лингвистики изучает систему отношений между звуками (фонемами) речи и буквами письма, а также рисунок буквы, воспринимаемый зрительно, и сам процесс изображения ее.

По мнению Н. Г. Агарковой, графический навык – это автоматизированный способ дифференцировки и перекодирование звуков (фонем) речи в соответствующие буквы, начертание их на бумаге и вместе с тем осознание воспроизводимых буквенных комплексов (слов) [2]. Исходя из определения, данного Н. Г. Агарковой графический навык включает в себя все содержание графики, как раздела лингвистики, вбирающий в себя начертание письменных букв или печатных знаков букв.

А. К. Аксенова обозначает, что графический навык – это сложное речерукодвигательное действие, которое проявляет себя, с одной стороны, как речевое (интеллектуальное), а с другой как, двигательное [1]. По ее мнению, письмо – это сложное речерукодвигательное действие, представляющее собой предмет специального изучения и усвоения.

Такие ученые, как А. Г. Зикеевой, Е. А. Кинаш, А. Р. Лурия, указывают, что графические навыки письма можно отнести к сенсорным навыкам человека. А. Р. Лурия считает, что графические навыки письма неотъемлемо связаны с учебной деятельностью человека и обслуживают процесс письменной речи. В этом состоит специфика и сложность их формирования. Так же отмечается, что графомоторные навыки не могут формироваться изолированно, а в связи с чтением, орфографией, развитием письменной речи.

Процесс формирования графических навыков письма является очень сложным и длительным, так как он затрагивает различные сферы умственной деятельности человека.

По мнению И. Н. Садовникова, процесс письма связан с деятельностью всех участков коры головного мозга, хотя их роль в различных видах письма неодинакова. Овладение письмом затрудняется из за того что у обучающихся младших классов еще не все участки головного коры головного мозга функционально и морфологически развиты [44, с 28].

Для успешного овладение навыком письма необходимо, что бы обучающиеся были подготовлены к обучению. Графомоторные навыки

имеют свои специфические сферы, которые должны быть в состоянии готовности к моменту формирования навыков.

Как отмечала Е.Н. российская для овладения графомоторными навыками необходимо что бы движения пальцев и кистей рук были достаточно развиты.

Определяющим фактором готовности руки к овладению графомоторными навыками является развитие мелкой моторики. Об этом писали в своих трудах Т. П. Сальникова, Е. И. Скиотис. Для того что бы обучающиеся быстро не уставали и могли правильно держать ручки, должно быть хорошее развитие мелкой моторики, а так же мышцы рук должны быть довольно крепкими. Движения пальцев должны быть целенаправленными и точными, подчиняться задачам деятельности.

А. К. Аксенова считает, что готовность руки, как непосредственного орудия графической деятельности, к выполнению точных и сложных движений, а так же достаточное развитие моторного компонента двигательного анализатора являются важными условиями для успешного овладения навыком письма.

В психолого-педагогических исследованиях отмечается, что начинать формировать графомоторные навыки необходимо до поступления обучающегося в первый класс. В дошкольный период обучающиеся должны научиться чертить на бумаге прямые линии или замкнутые каракули, хотя эти умения еще зрительно не контролируются. Зрительный контроль – включается гораздо позднее. Лепка, конструирование, поделки из бумаги и другие занятия приводят к развитию руки, пальцев и глаз обучающегося. Эти занятия не только интересны для обучающихся они так же способствуют подготовке рук и глаз обучающихся к процессу формирования письма: происходит развитие мелких мышц рук а так же обучающиеся учатся видеть форму и воспроизводить ее, говорит Е. А. Кинаш.

По мнению А. Р. Лурия, обучающиеся младших классов с нарушениями интеллекта тратят очень много энергии, неадекватное

количество сил, неэкономно вовлекают в исполнение лишние движения мышц, когда овладевают графическим навыком. Это отмечается в сильном сжимании ручки в руке а так же в чрезмерном давлении ручки на бумагу. При этом напряжены все мышцы лица и тела. При этом движение руки в процессе письма на начальных этапах обучения осуществляется очень медленно.

На первых стадиях формирования навыков письма движения обучающихся чрезмерно дробные, одно усилие рассчитано на небольшой отрезок письма. Обучающийся может остановиться в любой части буквы, потому что у него отсутствует ритм движения, считает Т. П. Сальникова. Причины дробности: Отсутствие координации необходимых частей руки во время письма вдоль строки, отсутствие понимания следующего движения, неадекватные усилия которые прилагают обучающиеся во время письма.

Н. Г. Агаркова отмечает разные проблемы в процессе формирования графомоторного навыка: колебание наклона, разные ширина и высота букв, различная отставленность букв друг от друга, неравномерные пропорции. Обучающиеся могут написать одну и ту же букву, в одном и том же слове по-разному[2].

Как отмечает Т. П. Сальникова можно выделить 3 основных этапа формирования навыков графомоторного письма [47].

I этап – аналитический. На данном этапе вычленяются отдельные элементы действий, уяснения содержания. Этот этап очень сложный по своей структуре и специфике, и отличается от следующих этапов обучения. Важно, что бы обучающийся понимал «что он должен сделать», а так же «как это сделать правильно».

На первом этапе необходим постоянный контроль и корригирование по ходу действий.

Важной особенностью организации письма начального этапа является то, что двигательное действие нужно разбивать на отдельные циклы:

движение и пауза после движения, необходимое для осознания следующего движения.

Согласование действий глаз и рук - еще одно важное условие для формирования графомоторных навыков. Информация которую дают глаза, должны тут же воспринимать пальцы. Использование ручки как графического инструмента требует сложно координированных движений ведущей руки.

Внимание обращается на важность формирования осознанного «образа действия» – зрительно – двигательного образа буквы.

Зрительно – двигательный образ буквы – это целостное, законченное движение руки при воспроизведении букв на бумаге, которое осуществляется на основе зрительного представления о ее форме, знания последовательности начертания ее двигательных элементов.

Законченность отрезков движений руки с учетом формы определенных зрительных компонентов а так же закономерность плавного и безотрывного их воспроизведения на бумаге - двигательные элементы.

Что бы аналитически этап обучения не затягивался, важно подобрать нужную методику обучения письму с учетом закономерностей формирования навыка и возрастных особенностей обучающегося.

II этап – синтетический. Главная задача на данном этапе – формирование двигательного и зрительного контроля на письме. предпочтение отдается зрительному контролю. Обучающиеся должны следить за ведением руки при письме, за размерами букв, за тем что они пишут на строке. Пишущий должен зрительно воспринимать написанное и тем самым контролировать правильность изображения слов. Необходимо, что бы пишущий сам находил несоответствия зрительных образов слов полученных на письме и исправлял ошибки.

III этап – автоматизация. Суть этапа – фактическое образование собственно навыка как действия, характеризующегося высокой степенью усвоения и отсутствием поэлементной сознательной регуляции и контроля.

Характерными чертами автоматизация характеризуется, быстротой, плавностью и легкостью исполнения. Быстрота и плавность должны появиться в результате естественного совершенствования движений.

Именно на этом этапе упражнения и повторения наиболее целесообразны и эффективны.

От успешности формирования навыка на аналитическом этапе зависит длительность и сложность синтетического и автоматического этапов обучения. Формирование навыка можно считать завершенным когда стабилизируется подчерк, увеличивается скорость письма и когда дополнительные задания, например грамматические, при которых необходимо сосредоточить внимание на содержание текста, не будут изменять подчерк.

Исследования, проведенные Т. Н. Борковой и Н. Т. Орловой, показали, что обучающиеся способны на безотрывное воспроизведение всех письменных букв, хотя они еще не приобрели беглость и уверенность в письме.

Анализ письменных работ обучающихся с нарушениями интеллекта с первого по третий классы что при постоянных и последовательных упражнениях уровень сформированности графомоторных навыков улучшается, а именно воспроизведение образов букв и буквосочетаний становится более точным, так как устанавливается связь между зрительным и мускульным контролями движений.

Также можно отметить изменение в характере движений руки в процессе письма:

- а) рука совершенствует движения, выбирая наиболее удобные и экономичные: вниз, на себя – основное движение при письме и соединительное с большим наклоном – при письме вверх, до начала письма следующего основного элемента;
- б) Движения становятся более крупными – с помощью одного импульса безотрывно пишется 3-4 буквы.

в) письмо становится ритмичным и плавным.

По мнению Т. Н. Борковой и Н. Т. Орловой такая ритмизация происходит весьма медленно, на протяжении многих.

Со временем у обучающихся увеличивается и скорость письма. Из-за того что увеличивается скорость письма, приобретается ритм движений в процессе письма, рука совершает более экономичные движения – письмо обучающихся становится более связным.

Из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что процесс формирования графомоторных навыков письма в младших классах – длительный и сложный процесс. Сложный и по структуре самого акта письма, и по структуре формирования навыка, и по психофизиологическим механизмам, лежащим в его основе. В процессе школьного обучения осуществляется динамика развития графомоторных навыков обучающихся. Устанавливаются связи между зрительным и мускульным контролем движения. В целом же процесс укрупнения движений, ритмизация их происходит очень медленно, в течение многих лет.

Нарушения интеллекта – распространенная причина трудности овладения графомоторными навыками письма.

Формирование графических навыков письма напрямую связано с функционированием различных психических процессов. Об этом упоминают в своих исследованиях В. Г. Петровой, Т. В. Власовой, В. И. Лубовского и других.

Из-за недостатков интеллектуальной деятельности обучающихся, множественных речевых нарушений, несформированности фонематических процессов, формирование графомоторных навыков данной категории обучающихся имеет ряд трудностей с самого первого периода обучения.

По мнению Г. Н. Рахмаковой сложности овладения графомоторными навыками письма у обучающихся с нарушениями интеллекта возникают из-за особенностей психического развития данной категории обучающихся, а именно низкого уровня познавательной активности, недостаточной

сформированности операций анализа и синтеза, обобщение и отвлечение, незрелости мотивационной сферы [16].

В следствии пониженной познавательной активности, что является характерной чертой обучающихся с интеллектуальными нарушениями процесс формирования письма происходит с отклонениями. Для таких обучающихся характерно сниженная способность к приему и переработки перцептивной информации, что проявляется в процессе формирования графического навыков письма.

Зависимость овладения графическими навыками письма от уровня сформированности сенсорных функций и процессов, указывали в своих исследованиях Е. Н. Российская, В. А. Насонова, Е. М. Мастюкова. Готовность к овладению графомоторными навыками письма обучающимися, можно определить по состоянию высших психических функций: зрительного восприятия, зрительной памяти, зрительного внимания, слухового внимания, слуховой памяти, слухового восприятия.

Так, по итогам ряда наблюдений за процессом письма В. И. Насонова сделала вывод о том, что у обучающихся с интеллектуальными нарушениями в младшем школьном возрасте наблюдается недостаточность межанализаторного взаимодействия. Трудности в процессе письма, например, несформированность зрительно-двигательных образов, буквенных знаков, происходят именно в результате несовершенства межанализаторной [13].

Е. М. Мастюкова указывает, что по причине замедленного процесса переработки сенсорной информации обучающимися с интеллектуальными нарушениями, затруднено формирование и закрепление графических навыков письма [12].

Е. В. Мальцева отмечает, что низкий уровень развития процесса восприятия у обучающихся с нарушениями интеллекта приводит к графическим ошибкам в процессе формирования навыка письма и к трудностям, возникающим у обучающихся в процессе письма: нарушенная

форма буквы, нарушенный наклон элементов, уподобление одной буквы другой. [11, с 49].

Восприятие – это отражение сознанием человека предметов и явлений действительности в момент их воздействия на органы чувств.

Восприятие имеет очень большую роль в овладении обучающимися навыком письма. По данным В. Г. Петровой, Е. М. Мастюковой обучающихся младших классов с интеллектуальными нарушениями характерны следующие особенности восприятия: замедленность, неточность и фрагментарность, трудности выделения фигуры на фоне и деталей в сложных изображениях и другое.

В. И. Лубовский считает что из-за низкой скорости осуществления перцептивных операций и недостаточной сформированности образов – представлений, процесс восприятия переработки информации очень медленный.

Бедность и недостаточная дифференцированность зрительных образов – представлений, обучающихся с умственной отсталостью младшего и среднего школьного возраста установлены в исследовании

С. К. Сиволапова. Зрительное восприятие – сложная система деятельности, включающая сенсорную обработку визуальной информации, её оценку, интерпретацию и категоризацию.

В итоге, одна из основных причин затруднений в процессе формирования навыка письма у обучающихся младших классов с интеллектуальными нарушениями – отставание в развитии восприятия. Из-за несовершенства процесса переработки сенсорной информации, неполноценности пространственного анализа и аналитико-синтетической деятельности, обучающиеся с интеллектуальными нарушениями испытывают трудности соотношения формы со зрительным образом буквы. Важно, чтобы зрительный образ буквы был отдифференцирован от всех других букв, особенно сходных графически. Как показывает практика, анализ буквы -

сложная задача для обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта потому как многие буквы похожи по начертанию.

1.3. Характеристика типичных нарушений графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта и причин их возникновения

Из-за низкой способности к анализу и синтезу визуально поступающей информации, сниженной дифференцированности зрительного восприятия и анализа, неумения подчинять восприятие поставленной задаче, низкого уровня осмысления наглядно и на слух воспринимаемого материала у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта осложнен процесс формирования навыков выделения деталей и признаков при написании букв. Как следствие: забывание начертания редко встречающихся букв и смешение их между собой (*ч* и *ц*; *ф*. и *и*) или смешение близких по оптическим характеристикам букв, что в значительной мере затрудняет начальное обучение и требует оказания коррекционной помощи [16, с 98].

Из-за несформированности восприятия при интеллектуальных нарушениях у обучающихся затруднена ориентировочная деятельность

В. И. Лубовский, отмечал, что обучающиеся не умеют целенаправленно рассматривать то, на что направлен их взгляд, и вслушиваться в то, что звучит в данный момент, будь то речь или какие – то другие звуки.

Неточность функции пространственного восприятия приводит к сложностям у 26% обучающихся при формировании навыка письма. Наиболее типичные ошибки пространственного различения в письме: невозможность соотношения буквы и линий в тетради, сложности в ориентировке в пространстве листа, смешение верха и низа сходных букв

(например, *т* – *ш*; *п* – *и*), ошибки зеркального характера из-за перевертывания буквенного знака в обратную сторону(*с* – *э*; *б* – *д*).

В процессе изучения особенностей письма у обучающихся младшего школьного возраста имеющих умственную отсталость выявлено, что для них характерны замены графически сходных букв на письме. Е. А. Кинаш отмечает, что частота смещения графически сходных букв у обучающихся данной категории обусловлена недоразвитием зрительного анализатора.

Слуховое восприятие умственно отсталых обучающихся характеризуется теми же особенностями, что и зрительное, отмечает

В.И. Лубовский. У обучающихся нет никаких трудностей в восприятии простых слуховых воздействий. Трудности возникают в процессе дифференциации речевых звуков(при быстром произнесении слов, в многосложных и близких по произношению словах) что говорит о недостатках фонематического слуха.

Исследования Д. Б. Элькониной, Л. Ф. Ткачевой, Л. В. Журовой и других показали, что достаточный уровень сформированности фонематического слуха очень важен для начала обучения не только устной речи, но и письму.

Слабый самоконтроль во время письма – еще одна проблема, возникающая при формировании графомоторных навыков у обучающихся с интеллектуальными нарушениями, по мнению В. А. Насоновой. Для них характерно несовершенство как зрительного, так и двигательного контроля за движениями. По причине слабого контроля за графической стороной письма обучающимися, возникают следующие трудности: формы букв далеки от образца, неравномерное отставление букв друг от друга, нарушенный наклон, не правильная высота и ширина букв, не верное расположение букв на линии строки, то есть не держат линейность при письме и другие ошибки. Особенно ярко ошибки и трудности проявляются с появлением требований орфографического грамотного письма – письмо под диктовку, списывание с доски.

Анализ письменных работ, проведенный данным автором позволяет высказывать мнение о недостаточности динамичности мышц руки обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Психолого – педагогические исследования (Г. Н. Рахмаковой, Е. И. Скиотис, Р. Д. Тригер и других) доказывают, что к началу школьного обучения у обучающихся с интеллектуальными нарушениями недостаточно развиты предпосылки готовности руки к письму (недоразвитие ручной моторики, слабость мышечного тонуса, а также общей моторики и другое).

Исследователями отмечаются следующие трудности формирования навыка письма обучающихся, обусловленные низким уровнем развития мелкой моторики руки: неумение писать буквы слитно, то есть на основе двигательных элементов и по определенному алгоритму; невыполнение алгоритма трех видов соединения букв в словах.

Творческий графический орфографический – три основных компонента в процессе письма. Обучающимся младших классов с нарушениями интеллекта доступно овладение только графическим компонентом.

Трудности в овладении письмом обусловлены тем, что каждый из процессов, необходимых для написания слова, у умственно отсталых обучающихся крайне несовершенен. Затруднения в процессе разделения слов на составные части связаны с недостаточностью фонематического анализа, что так же приводит к не точному распознаванию выделенных звуков. Звуковой анализ и синтез усложняется в следствии несовершенств произношения. Из-за нарушения моторной сферы (недостаточная координация соответствующих движений мышц пальцев, неустойчивость всей кисти руки и т.п.) наблюдаются ошибки в начертании букв, пространственной ориентировки на листе бумаги, строчке.

Типичные ошибки обучающихся младших классов с интеллектуальными нарушениями при письме:

- долгое запоминание буквы;
- смешение буквенных символов;

- неверное написание букв;
- неправильное расположение букв на тетрадном листе;
- зеркальность письма;
- ошибки в соотношении звука с необходимой буквой;
- затруднения при соединении букв в слоги.
- не отделяют гласные звуки от согласных
- смешение акустически сходные звуки
- перестановка букв, т.е. нарушение строение слова
- пропуски и перестановки местами букв и слогов

Дисграфия (от греческого «дис» – затруднение, нарушение, отклонение от нормы и «графо» – писать, изображать) – частичное нарушение процесса письма, при котором наблюдаются стойкие и повторяющиеся ошибки: искажения и замены букв, искажения звуко – слоговой структуры слова, нарушения слитности написания отдельных слов и в предложении, аграмматизмы на письме.

Аграфия (от греческого «а» – неспособность и «графо» – письмо) – полная неспособность овладеть процессом письма или потеря этого навыка.

Виды дисграфий:

Аграмматическая дисграфия – связана с недоразвитием грамматического строя речи, может проявляться на уровне слова, словосочетания, предложения и текста.

Акустическая (фонематическая) – обусловлена расстройством дифференциации фонем и проявляется в заменах букв, соответствующих фонетически близким звукам (при этом в устной речи произносятся правильно).

Артикуляторно-акустическая – в основе лежит отражение неправильного восприятия и произношения звуков на письме, неправильное проговаривание.

Оптическая – недоразвитие зрительного гнозиса (узнавание), анализа и синтеза, пространственных представлений. Происходят замены и искажения букв, зеркальность письма.

Вербальная – оптическая дисграфия, изолированные буквы воспроизводятся правильно, а при написании слова искажаются, замены букв оптического характера.

Литеральная – оптическая дисграфия, нарушение воспроизведения изолированных букв.

На почве нарушения языкового анализа и синтеза – нарушения деления предложения на слова, слогового и фонематического анализа, искажение структуры слова и предложения.

Идеаторная – связана с особенностями психофизического состояния человека (преобладание процесса возбуждения или торможения).

Таким образом, формирование графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта происходит с разными трудностями, которые обусловлены отклонениями в психическом и физическом развитии. Низкий уровень познавательной активности, замедленность процесса переработки сенсорной информации, несовершенство межанализаторной интеграции и ориентировочной деятельности, а также слабость самоконтроля затрудняют овладение графическими навыками обучающихся с интеллектуальными нарушениями, а также приводят к ошибкам данного навыка.

Подводя итоги по теоретической главе, можно прийти к следующим выводам:

Графический навык – это автоматизированный способ дифференцировки и перекодирование звуков (фонем) речи в соответствующие буквы, начертание их на бумаге и вместе с тем осознание воспроизводимых буквенных комплексов (слов).

Формирование графомоторных навыков является очень трудоемким процессом для обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта.

Что бы совершенствовать его и достичь автоматизма, необходимы многочисленные упражнения по отработке навыка.

Развитие графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта осуществляется со специфическими трудностями, обусловленными отклонениями психического и физического развития.

Низкий уровень развития мелкой моторики руки приводит к трудностям, связанным с неумением писать буквы связно, то есть на основе двигательных элементов и по определенному алгоритму; обучающимся сложно выполнить алгоритм трех видов соединения букв в словах. Замедленность процесса переработки сенсорной информации, несовершенство межанализаторной интеграции и ориентировочной деятельности приводит к слабому контролю за графической стороной письма (например, неумение соотнести букву и линии в тетради, смешение верха и низа сходных букв, зеркальные ошибки вследствие перевертывания буквенного знака в обратную сторону и другое).

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЯ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

2.1. Характеристика базы исследования и контингента обучающихся, задействованных в констатирующем этапе экспериментального исследования

Экспериментальная работа проводилась на базе государственного казённого общеобразовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа № 1, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».

В настоящее время ГКОУ СО «Екатеринбургская школа № 1» предусматривает девятилетний период обучения, после окончания 9 классов выпускники продолжают обучение в 10-12 классах с углубленной трудовой подготовкой или в учреждениях начального профессионального образования.

Приоритетной целью общеобразовательного учреждения является:

- компенсация и преодоление нарушений в развитии обучающихся;
- приобщение их к разнообразным видам труда с ориентацией на трудовую деятельность с учетом местных потребностей и условий;
- воспитание и обучение личности, владеющей необходимыми жизненными компетенциями, знаниями, умениями, навыками необходимыми для дальнейшей жизнедеятельности.
- подготовка к самостоятельной жизни.

Виды реализуемых казенным учреждением образовательных программ:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью 1-2 класс;
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся 3-12 классов с умственной отсталостью;
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся 3-9 классов с умеренной, тяжелой, глубокой УО и ТМНР;
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой УО и ТМНР (2 вариант);
5. Рабочие программы конкретно для каждого класса.

Структура организации образовательной деятельности школы. Школа полного рабочего дня работает в режиме 5-дневной учебной недели. Классно-урочная система, продолжительность урока 35 мин (1 класс), 40 минут. Продолжительность урока во 2-12 классах 40 минут. Индивидуальное обучение на дому организуется в соответствии с действующим законодательством. Обучение индивидуально на дому организуется по индивидуальному учебному плану.

В эксперименте были задействованы обучающиеся 3 класса, обучающиеся по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с легкой умственной отсталостью, в количестве 10 человек 10-12 лет (3 девочки, 7 мальчиков).

Таблица 1

Контингент обучающихся принявших участие в экспериментальном исследовании

Обучающиеся	Возраст	Диагноз
1. Вероника	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени, синдром Рубинштейна-Тейби
2. Диана	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
3. Даша	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
4. Валера	12 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
5. Артем	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
6. Денис	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени, дислексия

7.Саша	11 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
8.Сережа	11 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени
9. Костя	10 лет	F70 – Умственная отсталость легкой степени

2.2. Констатирующий эксперимент, направленный на выявление уровня сформированности графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта

Цель констатирующего эксперимента – исследование состояния графомоторных навыков у умственно обучающихся третьего класса с нарушениями интеллекта.

Исходя из цели обследования, решались следующие **задачи**:

1. определить ведущую руку обучающегося;
2. исследовать уровень состояния моторики пальцев ведущей руки;
3. исследовать уровень состояния графических навыков (пространственная ориентировка на плоскости листа, двигательные графические навыки, зрительно-моторная координация);
4. выявить умение обучающихся ориентироваться в своей работе на образец.

Организация исследования:

Исследование проводилось на базе Государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области "Екатеринбургская школа №1, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы" в октябре, ноябре 2016 года.

В исследовании приняли участие 10 обучающихся 3 класса: 3 девочки и 7 мальчиков.

В данном исследовании использовались следующие методики: методика определения ведущей руки ребенка (М. Г. Князевой,

В. Л. Вильдавского) [20], методика изучения состояния пальцев ведущей руки (Н. О. Озерецкого, Н. И. Гуревич) [29], методика исследования состояния графических навыков (Д. Элтон, Д. Тейлор) [48], методика «Домик» (Н. Н. Гуткиной) [14].

Методика исследования состояния графомоторных навыков.

Диагностика состояния графомоторных навыков у умственно отсталых обучающихся 2 класса включает в себя следующие разделы:

- Определение ведущей руки ребенка (М. Г. Князевой, В. Л. Вильдавского);
- Изучение состояния пальцев ведущей руки (Н. О. Озерецкого, Н. И. Гуревич);
- Исследование уровня состояния графических навыков (Д. Элтон, Д. Тейлор);
- Выявление умения обучающихся ориентироваться в своей работе на образец - методика «Домик» (Н. Н. Гуткиной)

Методика определения ведущей руки.

Цель исследования – выявить ведущую руку ребенка.

Условия проведения:

1. Учитель сидит напротив обучающегося.
2. Все нужные пособия и предметы кладутся перед обучающимся строго на середину стола на равном расстоянии от правой и левой руки.
3. Обстановка тестирования спокойная. Взрослый не сообщает обучающемуся цель проведения исследования.

Инструкция: *«Давай играть! Старайся хорошо выполнять задания которые я тебе дам».*

Проверка 1. *«Построй из этих кубиков что захочешь».*

Активные действия выполняет ведущая рука: берет, укладывает, поправляет.

Проверка 2. *«Открой крышку у этой банки, а у этой бутылки закрути».*

Активные действия выполняет ведущая рука: открывает, закрывает.

Проверка 3. «Нарисуй что-нибудь сначала одной рукой а потом - другой».

Учитывается, какой рукой обучающийся выполняет основные действия, а какой помогает, качество работы, выполненной правой и левой рукой.

Проверка 4. «Нарисуй карандашом 5 кружков и 5 крестиков, а за тем сотри крестики ластиком».

Ведущей считается более активная рука.

Проверка 5. «Протри тряпкой стол».

Активная рука считается ведущей

Проверка 6. «Подними с пола машинку».

Праворукие очень редко берут его левой рукой.

Проверка 7. «Возьми все карточки в одну руку и разложи их на столе другой рукой».

Ведущей считается рука, которой раскладываются картинки.

Проверка 8. «Сцепи пальцы рук, переплетя их между собой в замок».

Если большой палец правой руки сверху, обучающийся правша, если большой палец левой руки сверху, то обучающийся левша.

Проба 9. «Сцепи руки сзади».

Ведущей считается та рука которая сверху

Проба 10. «Скрести руки на груди».

Ведущей считается та рука которая сверху

Проба 11. «Покажи, пожалуйста как ты умеешь аплодировать».

Рука. Совершающая основные ударные движения по другой руке - ведущая.

Проба 12. «Развяжи пожалуйста узел».

Ведущей считается та рука, которая развязывает узел.

Проба 13. «Сядь на пол, а теперь встань, ты можешь помочь себе одной рукой».

Ведущей считается рука на которую опирался обучающийся

Интерпретация полученных результатов:

1. При выраженном предпочтении левой руки в таблице ставится знак «Л».
2. При предпочтении правой – ставится «П» в соответствующую графу.
3. Если при выполнении теста ребенок одинаково использует как правую, так и левую руку, ставится знак «Обе руки».

Ведущей у обучающегося считается та рука, при выполнении действия которой он получил больше знаков.

Методика изучения состояния моторики пальцев ведущей руки.

Цель – исследовать объем и амплитуду движений пальцев рук, переключаемость с одного движения на другое, удержание позы и точность выполнения задания.

1. Исследование объема и амплитуды движений пальцев рук:

Установка: «Положи на стол кисти обеих рук ладонями вверх».

Последовательность диагностического исследования:

- Крепко сжать пальцы в кулачки, не поворачивая ладоней. Удерживать сжатые кулачки под счет от 1 до 5.
- Под счет раз-два сжимать и разжимать ладони (повторить 5-6 раз).

Оценка результатов:

- движения практически недоступны (0);
- недостаточная амплитуда движений отводящих мышц пальцев рук: во время разжимания кулаков пальцы отведены не в полном объеме (1);
- достаточная амплитуда движений отводящих мышц пальцев рук: во время разжимания кулаков пальцы отведены в полном объеме (2);

2. Исследование переключаемости с одного вида движений на другое (динамической организации):

1. Обучающемуся предлагается выполнить серию упражнений «Зайчик»- «Коза».

2. «Зайчик» – «Кольцо».

Оценка результатов:

- движения практически недоступны (0);
- недостаточно сформированная переключаемость – задания выполняются неточно, наблюдаются нарушения ритма, последовательности движений, амплитуда движений снижена – 1;
- достаточная переключаемость – задания выполняются точно, ритмично, последовательно - 2;

3. Определение уровня сформированности умения удерживать заданную позу пальцев доминантной руки (статической координации):

Ход тестирования:

1. Соединить кончики указательного и большого пальцев рук. Остальные пальцы выпрямлены и прижаты друг к другу. Удерживать позу под счет от 1 до 5.

2. Соединить кончики среднего, указательного и большого пальцев рук. Остальные пальцы выпрямлены и прижаты друг к другу. Удерживать позу под счет от 1 до 5.

Оценка результатов:

- движения практически недоступны (0);
- не сформирована – поза не удерживается, наблюдается уплощение пальцевой позы, сгибание остальных пальцев – 1;
- статическая координация сформирована – ребенок удерживает позу – 2;

3. Исследование точности выполнения движений пальцами доминантной руки (динамической координации):

Ход тестирования:

1. Делать колечки двумя пальцами доминантной руки: большим и указательным; большим и средним; большим и безымянным; большим и мизинцем.

Тестирование рекомендуется повторить 3 раза, слегка убыстряя темп движений.

Оценка результатов:

- движения практически недоступны (0);
- сформирована недостаточно – нарушена точность, последовательность, ритмичность движений – 1;
- динамическая координация сформирована – обучающийся соединяет пальцы колечками точно, не сбиваясь, не нарушая последовательности – 2;

Полученные результаты суммируются:

7 – 8 баллов – достаточный уровень сформированности мелкой моторики;

4 – 6 баллов – средний уровень;

0 – 3 балла – низкий уровень.

Методика исследования состояния графических навыков.

Цель исследования – определить состояние пространственной ориентировки, состояние графических навыков и зрительно-моторной координации.

1. Исследование состояния пространственной ориентировки на плоскости листа.

1. «Рисуем узор».

Обучающемуся даётся чистый лист нелинованной бумаги и ряд инструкций, которые он должен выполнить.

Установка: *«Нарисуй, пожалуйста, посередине этого листа квадрат, затем над квадратом и под квадратом на равном расстоянии от него круги одинакового размера. Слева от квадрата нарисуй треугольник, а справа – прямоугольник. Под прямоугольником нарисуй овал».*

Оценка результатов:

- обучающийся правильно выполняет инструкции, расположение предметов верное, затруднений нет (2 балла);
- обучающийся выполняет инструкции с помощью взрослого, путается в расположении предметов (1 балл);
- инструкции практически не выполняются (0 баллов).

(Приложение 1)

2. Графический диктант.

Обучающемуся предлагается листок бумаги в клетку с точкой.

Установка: *«Поставь ручку на точку. Проведи линию на 6 клеточек вниз, 6 клеточек влево, 6 клеточек вверх, 6 клеточек вправо, 3 клеточки налево вверх по диагонали, 3 клеточки налево вниз по диагонали».*

Должен получиться домик.

Оценка результатов:

- рисунок получился, обучающийся действовал самостоятельно, без ошибок (2);
- задание выполнялось с помощью взрослого, обучающийся затруднялся в определении диагональных направлений (1);
- рисунок не получился, направления движений не верные (0).

(Приложение 2)

Полученные результаты суммируются:

3 – 4 балла – ориентировка на плоскости бумаги сформирована;

2 балла – сформирована недостаточна;

0 – 1 баллоов – не сформирована.

2. Исследование состояния двигательных графических навыков.

Определение уровня развития двигательных навыков.

1. Установка: «Возьми большим, указательным и средним пальцами руки карандаш, и покрути его, но сначала посмотри, как это делаю я» (Рис. 1).

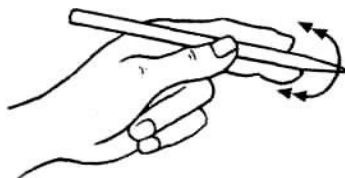


Рис. 1. Правильное удерживание карандаша

Оценка результатов:

- получается, карандаш не падает (2 балла);
- получается, но очень медленно с трудом (1 балл);
- не получается – карандаш падает (0 баллов).

2. Обучающемуся даётся лист не линованной бумаги с нарисованным заранее кругом диаметром 10см.

Установка: «Возьми в руку карандаш и поставь руку на локоть, приготовься и на счет «три» («раз-два-три»), не отрывая локоть от стола, поставь в центре круга три точки» (Рис. 2).



Рис. 2. Правильная постановка руки

Оценка результатов:

- движения выполняются четко, точно (2);
- движения выполняются нечетко, с ошибками (1);
- движения практически не выполняются по инструкции (0).

3. Обучающемуся дается листок нелинованной бумаги с нарисованными точками и крестиками на разных расстояниях друг от друга.

Установка: «Постарайся провести прямые линии (от точки до крестика), не отрывая руки» (Рис. 3).

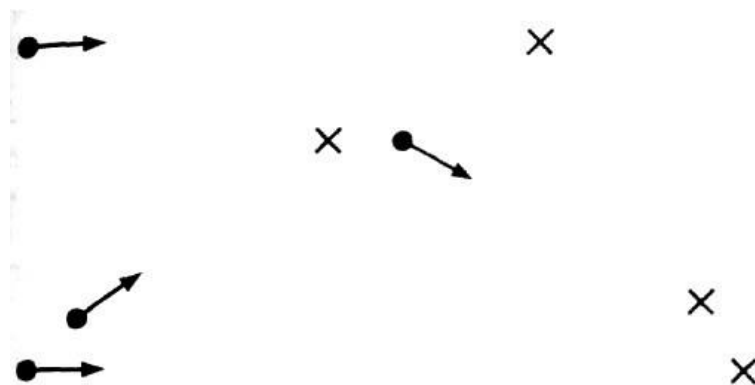


Рис. 3. Провести прямые линии от точки до крестика

Оценка результатов:

- линии прямые, ровные, не разорванные, без поправок (2);
- линии не очень ровные, с разрывами, но без отклонений от прямой линии, есть тремор (1);
- движения очень медленные, линии неровные, разорванные, сильный тремор (0).

(Приложение 3)

4. Обучающемуся дается лист бумаги, на котором нарисован лабиринт.

Установка: «Проведи путь по лабиринту от точки до точки, не касаясь линий и не отрывая руки» (Рис. 4).

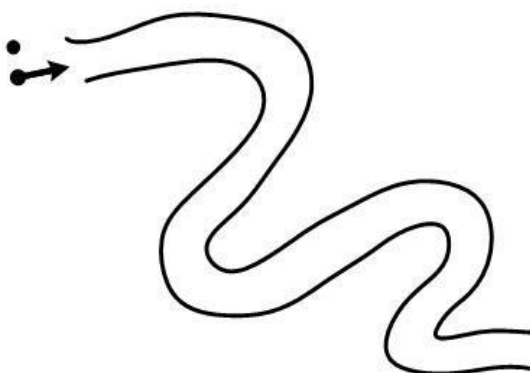


Рис. 4. Провести путь по лабиринту

Оценка результатов:

- линия ровная, без разрывов, небольшое количество касаний ограничительных линий (2);

- линия неровная, с разрывами, большое число касаний, тремор (дрожание) (1);
- очень медленное движение, линия неровная, разорванная, сильный тремор (0).

(Приложение 4)

5. Обучающемуся дается лист бумаги, на котором нарисованы фигуры и начало штриховки, а ребенку нужно продолжить штриховать.

Установка: «Заиштрихуй фигуры» (Рис. 5).

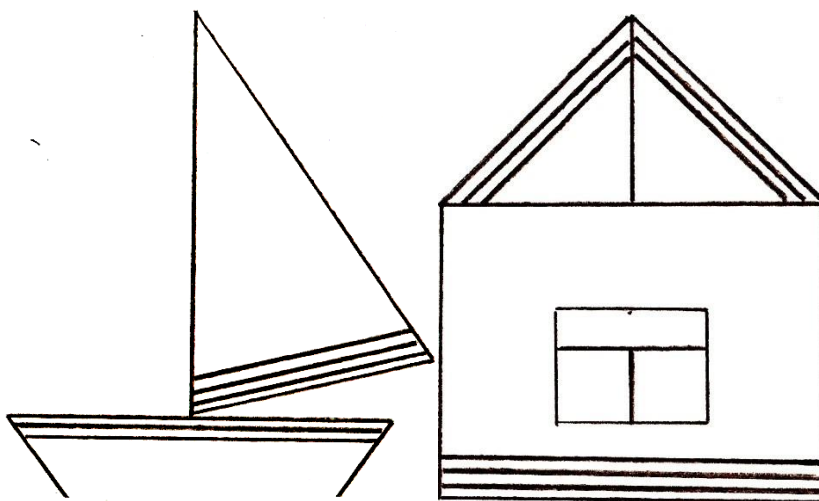


Рис. 5. Заиштрихуй фигуры

Оценка результатов:

- штрихи ровные, параллельные, не выходят за границы фигуры (2);
- штрихи неровные, нарушена параллельность, небольшие нарушения ограничительных линий (1);
- штрихи неровные, линии разорванные, нет параллельности, линии выходят за границы фигуры больше, чем на 5 мм (0).

(Приложение 5)

Полученные результаты суммируются:

8 – 10 баллов – двигательные графические навыки сформированы;

5 – 7 баллов – сформированы недостаточно;

0 – 4 балла – низкий уровень навыков.

3. Исследование состояния зрительно-моторной координации.

1. Обучающемуся дается листок бумаги в клеточку, на котором предварительно нарисована с левой стороны последовательность графических элементов и предлагается продолжить этот «узор» до конца строчки.

Установка: «Продолжи узор» (Рис. 6).

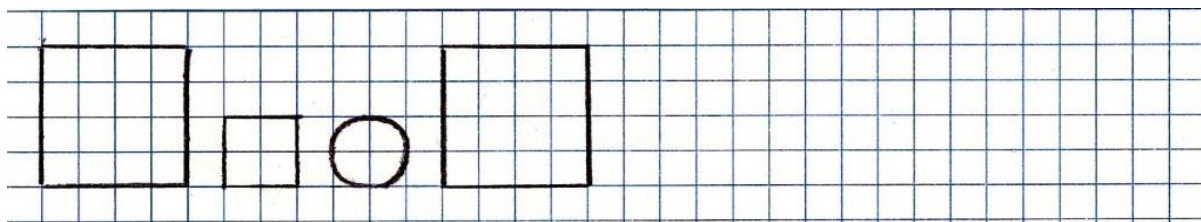


Рис. 6. Продолжи узор

Оценка результатов:

- линии ровные, нажим на ручку ровный, размер, форма, наклон и последовательность элементов соответствуют эталону – 2 балла;
- линии ровные, нажим неравномерный, элементы воспроизведены неточно – 1 балл;
- Линии неровные, множественные, элементы воспроизведены неправильно – 0 баллов.

(Приложение 6)

2. Обучающемуся дается готовый рисунок с геометрическими фигурами.

Установка: «Скопируй фигуры (нарисуй точно такие же)» (Рис. 7).

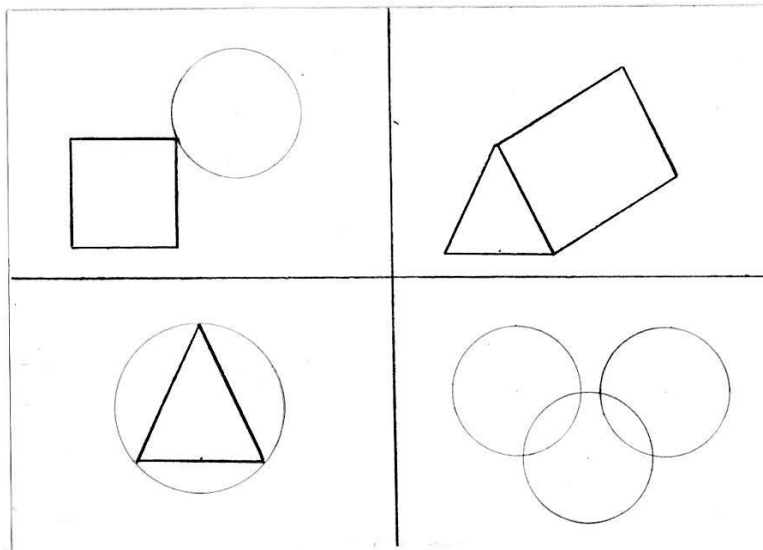


Рис. 7. Скопируй фигуры

Оценка результатов:

- линии ровные, без разрывов, дополнительных штрихов, выдержаны пропорции и размеры (2);
- линии «дрожащие», но без разрывов, дополнительных штрихов, есть небольшие нарушения (1);
- линии «дрожащие», с разрывами, дополнительными штрихами, нарушены пропорции, размеры, направление фигур (0).

(Приложение 7)

3.«Зеркало»

Обучающемуся предлагается рисунок. На одной его половине рисунок нарисован полностью, на другой половине – его неполное зеркальное отображение.

Установка: «Дорисуй фигуру» (Рис. 8).

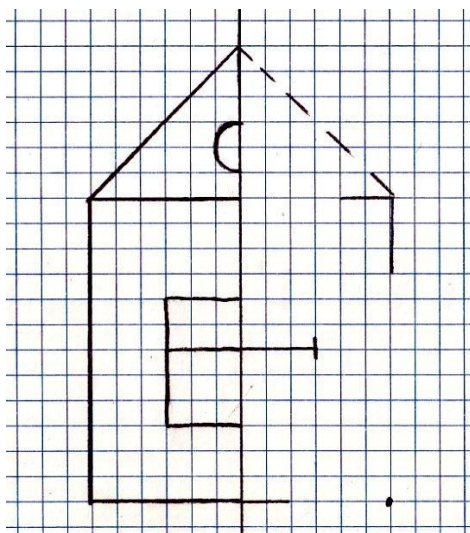


Рис. 8. Дорисуй фигуру

Оценка результатов:

- рисунок точный, все элементы расположены пространственно верно (2)
- некоторые элементы не соответствуют заданному размеру, их форма искажена (1);
- задание не выполнено, симметрия не выдержана (0).

(Приложение 8)

Полученные баллы суммируются:

5 – 6 баллов – зрительно-моторная координация сформирована,

3 – 4 балла – сформирована недостаточна,

0 – 2 балла – не сформирована.

Методика «Домик» Н. Н. Гуткиной.

Цель исследования – выявить умение обучающегося ориентироваться в своей работе на образец; выявить особенность развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки.

Методика представляет собой задание на срисовывание картинки, изображающую домик, отдельные детали которого составлены из прописных букв.

Материал: Картинка, изображающая домик, отдельные детали которого составлены из элементов прописных букв (Рис. 9).

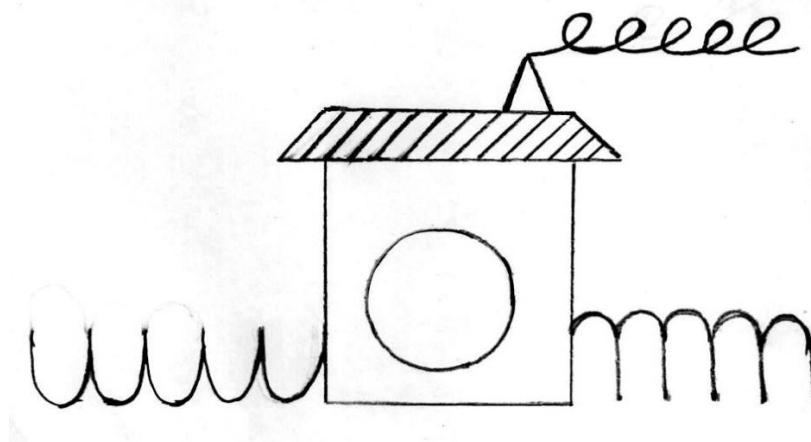


Рис. 9. Методика «Домик»

Ход работы. Взрослый кладет перед обучающимся картинку и предлагает ему точно срисовать домик.

Инструкция испытуемому: «Перед тобой лежит лист бумаги и карандаш. На этом листе я прошу тебя нарисовать точно такую картинку, которую ты видишь на этом рисунке (перед испытуемым лежит листок с «Домиком»). Не торопись, будь внимательным, постарайся, как чтобы твой рисунок был точно такой же, как этот на образце. Если ты что – то не так нарисуешь, то стирать резинкой или пальцем ничего нельзя, а надо поверх неправильного или рядом нарисовать правильно. Тебе понятно задание? Тогда приступай к работе».

По ходу работы обучающегося фиксировалось: какая рука является ведущей; работа с образцом: на сколько часто смотрит на образец, проводит ли воздушные линии над рисунком-образцом, повторяющие контуры картинки, сверяет ли то, что сделал с образцом или нет; мельком взглянув на него, рисует по памяти; темп работы; отвлекается ли во время работы; возникают ли вопросы во время срисовывания; после завершения работы сверил ли с образцом. После завершения работы обучающемуся предлагалось проверить, все ли он сделал верно, и исправить ошибки если они имелись.

Обработка экспериментального материала производится путем подсчета баллов, начисляемых за ошибки.

Безошибочное копирование рисунка оценивается 0 баллов.

Ошибками считаются:

а) отсутствие, каких-либо деталей рисунка. (4 балла). Оцениваемые детали: правая половина забора, левая половина забора, дым, труба на крыше, крыша, штриховка на крыше, окно, линия, изображающая основание домика;

б) увеличение отдельных деталей рисунка более чем в 2 раза при относительно произвольном сохранении размера всего рисунка. (3 балла за каждую увеличенную деталь);

в) неправильно изображенный элемент рисунка. (2 балла). Неверно воспроизведенное количество элементов в детали рисунка не считается за ошибку, то есть неважно сколько будет палочек в заборе, колечек дыма или линий в штриховке крыши.

г) неправильное расположение деталей в пространстве рисунка (1 балл): расположение забор не на одной общей с основанием дома линии, а как бы в подвешенном в воздухе или ниже основания домика; смещение трубы к левому углу крыши; существенное смещение окна в какую-либо сторону от центра; расположение дыма более чем на 30 градусов отклоняется от горизонтальной линии; основание крыши по размеру соответствует основанию домика, а не превышает его;

д) отклонение прямых линий более чем на 30 градусов от заданного направления. (1 балл).

е) разрывы между линиями в тех местах где они должны быть соединены (1 балл за каждый разрыв). Если линии штриховки крыши не доходят до линии крыши, 1 балл ставится за штриховку в целом, а не за каждую линию штриховки отдельно;

ж) залезание линий одна на другую. (1 балл за каждое залезание).

В зависимости от суммы баллов делается вывод об уровне сформированности произвольного внимания, умения действовать по образцу и др.

При анализе рисунка следует обратить внимание на характер линий, которые могут говорить как о развитии мелкой моторики, так и о личностных особенностях ребенка.

В соответствии с набранными баллами оценивается 0 баллов – точное воспроизведение задания;

- 1 балл – высокий уровень сформированности пространственного восприятия;
- 3 балла – средний уровень;
- 5 баллов – низкий уровень;
- больше 5 баллов – несформированность пространственного восприятия.

(Приложение 9)

2.3. Анализ результатов констатирующего эксперимента

После проведения диагностики, по результатам констатирующего эксперимента мною были составлены сравнительные таблицы:

Результаты выполнения тестовых заданий представлены в таблицах 2-7.

Таблица 2

Определение ведущей руки

Имя	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Ведущая
Вероника	Л	Л	Обе	л	л	обе	л	обе	л	п	Л	П	Обе	л

Продолжение таблицы 2

Диана	П	П	П	л	п	п	п	обе	п	п	П	Л	Об е	П
Саша	Об е	П	Об е	обе	п	обе	п	обе	п	п	П	П	Об е	П
Денис	обе	Л	Об е	обе	л	обе	л	обе	л	п	Л	П	Об е	л
Артем	п	П	П	п	п	п	п	П	п	п	П	Л	П	П
Даша	п	П	П	п	п	п	п	П	п	п	П	П	П	П
Сережа	п	П	П	п	п	п	п	П	п	п	П	П	П	П
Костя	п	П	П	п	п	п	п	П	п	п	П	П	П	П
Максим	л	Л	Л	л	обе	л	л	обе	л	л	Л	Л	Л	л
Валера	п	П	п	п	п	п	п	П	п	п	П	П	П	П

Исходя из данных таблицы 20% обучающихся – леворукие и 80% – праворукие.

Таблица 3

Результаты обследования моторики пальцев доминантной руки

Имя	Объем и амплитуда движений	Динамическая организация	Статическая координация	Динамическая координация	Итого
Вероника	0	0	0	0	0
Диана	0	1	0	0	1
Саша	0	0	0	0	0
Денис	0	0	0	0	0
Артем	2	2	2	1	7
Даша	1	2	1	1	5
Сережа	0	1	1	0	2
Костя	2	2	2	1	6
Максим	1	1	0	0	2
Валера	1	0	1	0	2

По результатам видно, что в только у одного обучающегося достаточный уровень сформированности мелкой моторики, то есть у него хорошая амплитуда движений отводящих мышц рук, достаточная переключаемость с одной позы на другую, последовательность движений не нарушается, статическая и динамическая координация сформированы. У двух обучающихся – средний уровень сформированности мелкой моторики, а

у остальных обучающихся – низкий уровень сформированности мелкой моторики: недостаточная амплитуда движений отводящих мышц рук, недостаточно сформирована переключаемость с одного движения на другое и наблюдается нарушение ритма, статическая координация не сформирована, то есть обучающиеся не смогли удержать позы, где нужно было соединить кончики большого и указательного пальцев, а остальные прижать друг к другу и выпрямить и то же самое, только соединить кончики большого, указательного и среднего пальцев, наблюдается недостаточная сформированность динамической координации, то есть нарушены: точность, последовательность и ритмичность.

Таблица 4

Результаты обследования состояния пространственной ориентировки на листе бумаги

Имя	1	2	Общий балл
Вероника	0	0	0
Диана	1	2	3
Саша	0	1	1
Денис	0	0	0
Артем	2	1	3
Даша	2	2	4
Сережа	1	0	1
Костя	1	1	2
Максим	2	2	4
Валера	1	2	3

По данным из таблицы можно сделать вывод, что у четырех обучающихся ориентировка на листе бумаги не сформирована (обучающиеся выполняли задания с помощью взрослого, либо совсем не выполняли инструкции и путались в диагональных направлениях), у одного – сформирована недостаточно (выполняли неточно инструкции, путались в направлениях, но свои ошибки замечали и исправляли, иногда обращались за помощью, некоторые путались в расположении предметов), а у пятерых обучающихся – ориентировка на плоскости бумаги сформирована (но были

затруднения у кого-то в направлении движения, но ошибки исправляли сами, а у других – в диагональных направлениях).

Таблица 5

Результаты обследования состояния двигательных графических навыков

Имя	Удержание ручки	Постановка руки	Прямые линии	Лабиринт	Штриховка	Итого
Вероника	0	0	0	1	0	1
Диана	1	1	0	2	1	5
Саша	0	0	0	1	0	1
Денис	0	0	0	0	0	0
Артем	2	1	2	1	1	7
Даша	2	2	2	2	2	10
Сережа	1	1	0	1	1	4
Костя	1	1	0	0	1	3
Максим	1	2	1	1	0	5
Валера	2	1	2	2	2	9

По результатам данной таблицы можно сказать, что двигательные графические навыки сформированы у двух обучающихся, у пяти обучающихся – не сформированы (наблюдались нарушения в удержании ручки, тремор, линии были неровные и с разрывами, при штриховке штрихи были неровные, линии разорваны и выходили за пределы фигуры более чем на 5мм), у трех навыков сформирован недостаточно.

Таблица 6

Результаты обследования состояния зрительно-моторной координации

Имя	Продолжи узор	Скопируй фигуры	Зеркало	Итого
Вероника	0	0	0	0
Диана	1	1	2	4
Саша	1	0	0	1
Денис	0	0	1	1
Артем	1	0	1	2
Даша	2	1	2	5
Сережа	0	0	0	0
Костя	0	1	1	2
Максим	0	1	1	2
Валера	1	1	2	4

Полученные данные свидетельствуют о том, что зрительно – моторная координация у 70% обучающихся не сформирована (при дорисовывании цепочки фигур у некоторых обучающихся линии были ровные, но наблюдалась неточность воспроизведения элементов, у других наоборот были линии неровные, множественные и неправильно нарисованы фигуры, так же все обучающиеся не смогли срисовать фигуры с образца: линии «дрожащие», присутствуют разрывы, дополнительные штрихи, нарушены пропорции и размеры, в задании с зеркальным отображением не все обучающиеся смогли справиться, была нарушена симметричность), у 20% – сформирована недостаточно (не справились с копированием геометрических фигур и было нарушение в продолжении узора), и у 10% – сформирована (но была неточность в копировании фигур, дрожащие линии, но без разрывов).

Таблица 7

Общий вывод о состоянии графомоторных навыков обучающихся

Имя	Общий балл
Вероника	1
Диана	13
Саша	3
Денис	1
Артем	19
Даша	24
Сережа	7
Костя	13
Максим	13
Валера	18

23 – 28 баллов – графомоторные навыки сформированы,

10 – 22 баллов – средний уровень; необходимы тренировочные упражнения;

0 – 9 баллов – низкий уровень.

В результате исследования состояния графомоторных навыков обучающихся я сделала вывод, что у четырех обучающихся, что составляет 40% из всех остальных – уровень сформированности графомоторных навыков низкий, у пяти обучающихся (50%) – средний уровень

сформированности и лишь у одного обучающегося (10%) графомоторные навыки сформированы. Всем обучающимся необходимы тренировочные упражнения в данной сфере.

Низкий уровень развития графомоторных навыков является причиной целого ряда трудностей в обучении письму:

- низкий темп письма;
- быстрая утомляемость при письме;
- неровная, «дрожащая» линия;
- «угловатое» письмо, трудности в написании овалов;
- слишком сильный нажим;
- трудности в воспроизведении формы графических элементов;
- несоблюдение размера графических элементов;
- несоблюдение наклона письма;
- большое количество помарок и исправлений, «грязное» письмо;
- нежелание выполнять письменные упражнения.

Результаты обследования по методике «Домик» Н. Н. Гуткиной.

После проведения методики «Домик» Н. Н. Гуткиной получились следующие результаты: у одного ребенка (10%) уровень сформированности пространственного восприятия высокий (было нарушение срисовывания картинки в расположении забора не на одной общей с основанием дома линии, а как бы в подвешенном в воздухе состоянии); у одного ребенка (10%) – средний уровень (разрыв линий, залезание одной линии на другую и забор не на одной линии с домом); у трех обучающихся (30%) – низкий уровень сформированности (залезание линий одной на другую, разрывы, дым под углом); и у остальных пяти обучающихся (50%) – пространственное восприятие не сформировано (проследовались все нарушения срисовывания).

Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о низких и средних уровнях сформированности графомоторных навыков. У обучающихся наблюдается недостаточная сформированность мелкой моторики, сниженная амплитуда движений и переключаемость, нарушения

графических навыков (пространственная ориентировка на плоскости листа, двигательные графические навыки, зрительно – моторная координация), и нарушение умения ориентироваться в своей работе на образец (произвольное внимание, пространственное восприятие, сенсомоторная координация и мелкая моторика).

Следовательно, нужно провести коррекционно-развивающую работу по следующим основным направлениям:

- Развитие мелкой моторики;
- Формирование графических навыков (пространственная ориентировка на плоскости листа, двигательные графические навыки, зрительно – моторная координация);
- Развитие умения ориентироваться в своей работе на образец (произвольное внимание, пространственное восприятие, сенсомоторная координация).

ГЛАВА 3. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

3.1. Коррекционно-развивающая программа, направленная на повышение уровня сформированности графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта

1) Планируемые результаты освоения курса

Коррекционный курс осваивают обучающиеся с легкой умственной отсталостью в соответствии с их возможностями к обучению и темпом усвоения программного материала.

Показателем усвоения обучающимися коррекционного курса является повышение уровня сформированности графомоторного навыка.

Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета обучающимися с легкой умственной отсталостью.

Личностные:

- положительное отношение к учителю, эмоционально-положительные проявления к сотрудничеству со знакомым взрослым;
- положительное отношение к процессу обучения (к практическим заданиям).

Предметные:

- Способность четко и правильно выполнять все виды упражнений.
- Умение быстро переключаться с одного вида упражнения на другое.
- Умение выполнять перекрёстные движения, свидетельствующие о развитии межполушарного взаимодействия.

- Сформированная зрительно-моторную и вестибулярно-моторную координация.
- Умение сосредотачивать внимание, мобилизовать двигательную память.
- Основы умений и навыков по координации общей и мелкой моторики.
- Развитие и укрепление мышц пресса, рук, ног, общего тонуса, дыхательной и мимической мускулатуры.
- Развитие основных физических качеств: ловкости, координацию движений, гибкости, выносливости, чувства равновесия.
- Культуру выполнения движений, способность к сотрудничеству и взаимопомощи.

Промежуточная и итоговая аттестация

Описание процедуры промежуточной и итоговой аттестации

Процедура промежуточной и итоговой аттестации обучающихся проводится учителем класса в режиме текущего занятия. Обе процедуры включает по 4 задания.

Учитель поочередно дает инструкцию к заданиям, предлагает обучающимся приступить к выполнению задания 1. Затем к заданию 2.

В групповом виде работы - учитель контролирует самостоятельность обучающихся при выполнении каждого задания, при необходимости оказывает помощь, показывая образец действия, или совместными действиями.

В индивидуальном виде работы - учитель при необходимости помогает выполнять предметно-практическое действие.

1. Промежуточная аттестация:

Задание 1. «Рисуем узор»

Цель: определить состояние пространственной ориентировки.

Обучающемуся даётся чистый лист нелинованной бумаги и ряд инструкций, которые он должен выполнить.

Установка: «Нарисуй, пожалуйста, посередине этого листа квадрат, затем над квадратом и под квадратом на равном расстоянии от него круги одинакового размера. Слева от квадрата нарисуй треугольник, а справа – прямоугольник. Под прямоугольником нарисуй овал».

Оценка результатов:

- обучающийся правильно выполняет инструкции, расположение предметов верное, затруднений нет (2 балла);
- обучающийся выполняет инструкции с помощью взрослого, путается в расположении предметов (1 балл);
- инструкции практически не выполняются (0 баллов).

Задание 2. «Лабиринт»

Цель: определить состояние графического навыка и зрительно-моторной координации.

Обучаемому дается лист бумаги, на котором нарисован лабиринт.

Установка: «Проведи путь по лабиринту от точки до точки, не касаясь линий и не отрывая руки».

Оценка результатов:

- линия ровная, без разрывов, небольшое количество касаний ограничительных линий (2);
- линия неровная, с разрывами, большое число касаний, тремор (дрожание) (1);
- очень медленное движение, линия неровная, разорванная, сильный тремор (0).

Задание 3. «Продолжи узор»

Цель: определить состояние графомоторного навыка и зрительно-моторной координации.

Обучаемому дается листок бумаги в клеточку, на котором предварительно нарисованы с левой стороны последовательность

графических элементов и предлагается продолжить этот «узор» до конца строчки.

Установка: «Продолжи узор».

Оценка результатов:

- линии ровные, нажим на ручку ровный, размер, форма, наклон и последовательность элементов соответствуют эталону – 2 балла;
- линии ровные, нажим неравномерный, элементы воспроизведены неточно – 1 балл;
- Линии неровные, множественные, элементы воспроизведены неправильно – 0 баллов.

Задание 4. «Скопируй фигуры»

Цель: определить состояние графомоторного навыка и зрительно-моторной координации.

Обучающемуся дается готовый рисунок с геометрическими фигурами.

Установка: «Скопируй фигуры (нарисуй точно такие же)».

Оценка результатов:

- линии ровные, без разрывов, дополнительных штрихов, выдержаны пропорции и размеры (2);
- линии «дрожащие», но без разрывов, дополнительных штрихов, есть небольшие нарушения (1);
- линии «дрожащие», с разрывами, дополнительными штрихами, нарушены пропорции, размеры, направление фигур (0).

Протокол оценки по 4 заданиям:

Таблица 8

Протокол промежуточной аттестации

№	Наименование	Оценка
1	Задание 1 «Рисуем узор».

2	Задание 2 «Лабиринт».	
3	Задание 3 «Продолжи узор».	
4	Задание 4 «Скопируй фигуры».	
	Итого за 4 задания	СУММА БАЛЛОВ

Оценка промежуточных достижений, обучающихся:

- 2 балла – программный материал не усвоен
- 3-5 баллов – программный материал усвоен на минимальном уровне
- 6-8 баллов – программный материал усвоен на достаточном уровне

2. Итоговая аттестация:

Задание 1. «Графический диктант».

Цель: исследование состояния пространственной ориентировки на плоскости листа.

Обучающемуся предлагается листок бумаги в клетку с точкой.

Установка: «Поставь ручку на точку. Проведи линию на 6 клеточек вниз, 6 клеточек влево, 6 клеточек вверх, 6 клеточек вправо, 3 клеточки налево вверх по диагонали, 3 клеточки налево вниз по диагонали».

Должен получиться домик.

Оценка результатов:

- рисунок получился, обучающийся действовал самостоятельно, без ошибок (2);
- задание выполнялось с помощью взрослого, обучающийся затруднялся в определении диагональных направлений (1);
- рисунок не получился, направления движений не верные (0).

Задание 2. «Заштрихуй фигуры»

Цель: исследование состояния двигательных графических навыков.

Обучающемуся дается лист бумаги, на котором нарисованы фигуры и начало штриховки, обучающемуся нужно продолжить штриховать.

Установка: «*Заштрихуй фигуры*».

Оценка результатов:

- штрихи ровные, параллельные, не выходят за границы фигуры (2);
- штрихи неровные, нарушена параллельность, небольшие нарушения ограничительных линий (1);
- штрихи неровные, линии разорванные, нет параллельности, линии выходят за границы фигуры больше, чем на 5 мм (0).

Задание 3. «Зеркало»

Цель: исследование состояния зрительно-моторной координации.

Обучающемуся предлагается рисунок. На одной его половине рисунок нарисован полностью, на другой половине – его неполное зеркальное отображение.

Установка: «*Дорисуй фигуру*».

Оценка результатов:

- рисунок точный, все элементы расположены пространственно верно (2)
- некоторые элементы не соответствуют заданному размеру, их форма искажена (1);
 - задание не выполнено, симметрия не выдержана (0).

Задание 4. «Линии»

Цель: исследование состояния двигательных графических навыков.

Обучающемуся дается листок нелинованной бумаги с нарисованными точками и крестиками на разных расстояниях друг от друга.

Установка: «*Постарайся провести прямые линии (от точки до крестика), не отрывая руки*».

Оценка результатов:

- линии прямые, ровные, не разорванные, без поправок (2);
- линии не очень ровные, с разрывами, но без отклонений от прямой линии, есть тремор (1);
- движения очень медленные, линии неровные, разорванные, сильный тремор (0).

Протокол оценки по 4 заданиям.

Таблица 9

Протокол итоговой аттестации

№	Наименование	Оценка
1	Задание 1 «Графический диктант».
2	Задание 2 «Заштрихуй фигуры».	
3	Задание 3 «Дорисуй фигуру».	
4	Задание 4 «Линии».	
	Итого за 4 задания	СУММА БАЛЛОВ

Оценка промежуточных достижений, обучающихся:

- 2 балла – программный материал не усвоен
- 3-5 баллов – программный материал усвоен на минимальном уровне
- 6-8 баллов – программный материал усвоен на достаточном уровне

2) Содержание коррекционного курса

Содержание коррекционного курса реализуется как в индивидуальной форме обучения, так и в малых группах (2-4 обучающихся). Занятия с обучающимися проводятся в классе.

Курс предполагает использование специального оснащения и дидактического материала, которые будут способствовать развитию графомоторного навыка.

Частота, продолжительность и длительность занятий определяется индивидуальными особенностями обучающихся, работоспособностью (от 20 до 40 мин., 3 раза в неделю).

Структура занятий коррекционно развивающего:

1- Организационный момент: приветствие, обучающимся задаются вопросы на тему дня недели, месяца, года, создается позитивный настрой и доверительная атмосфера (4-5 минуты). Можно выбрать картинку выражающую настроение обучающегося.

2- Разминка:

1 – различные движения тела в сочетании с дыхательными упражнениями. Благодаря этому происходит оптимизация кровообращения, вентиляция легких а так же общее оздоровление и улучшение самочувствия. Дыхательные упражнения должны содержать 4 уровня: вдох – пауза – выдох – пауза. Благодаря таким плавны растягивающим движениям снимается мышечное напряжение и повышается уровень психической активности, так же увеличивается концентрация внимания. (3-6 минут).

2 - ритмирование: обучающиеся настраиваются на заданный ритм работы, с помощью активизации слухового канала восприятия. Эти упражнения можно использовать с различными средствами а так же изменять темп выполнения заданий, чередовать громкость и тональность ритмов. Благодаря этим упражнениям происходит развитие внимания и улучшается приспособляемость обучающихся к окружающим изменениям. (4-7 минут).

3 – упражнения, для поднятия энергетического потенциала: самомассаж и массаж разных точек. Можно использовать не только пальцы но и карандаши, мячики, орехи, наждачную бумагу (2-6 минут).

3-Упражнения, развивающие мелкую моторику и межполушарные взаимодействия (6-11 минут).

4- Упражнения развивающие графомоторные навыки:

- перерисовывание рисунков; (5-10 минут)
- задания «продолжи узор», «зеркало», «графический диктант»; (5-10 минут)

- задания «лабиринты»; (10-20 минут)

5- Психогимнастика - задания направленные на расслабление и отдых, с помощью которых отдых, снимается мышечное и эмоциональное напряжение; (4-6 минут).

6- Прощание, рефлексия, подведение итогов, ответы на вопросы: «чем мы сегодня с вами занимались?». Можно провести упражнение «ручеек радости»; (3 минуты).

3) Тематическое планирование

Основное содержание коррекционного курса по развитию графомоторного навыка рассчитано на 30 занятий.

Коррекционный курс реализуется в игровых ситуациях при использовании дидактических пособий. Формирование графомоторного навыка письма – длительный и сложный процесс. Сложный и по структуре самого акта письма, и по структуре формирования навыка, и по психофизиологическим механизмам, лежащим в его основе. В ходе многочисленных упражнений обучающихся по отработке и закреплению навыка он совершенствуется и достигает автоматизма.

Программа коррекционно развивающего курса состоящая из 30 занятий представлена в приложении 19.

Упражнения, которые использовались в коррекционно развивающем курсе расписаны в приложении 20.

3.2. Анализ результатов реализации коррекционно-развивающей программы

После проведения коррекционно-развивающего курса, мною был проведен контрольный эксперимент, по результатам которого были составлены сравнительные таблицы. В исследовании принимали участие те же обучающиеся третьего класса.

Результаты выполнения тестовых заданий представлены в таблицах.

Таблица 10

Результаты обследования моторики пальцев доминантной руки

Имя	Объем и амплитуда движений	Динамическая организация	Статическая координация	Динамическая координация	Итого
Вероника	0	0	1	1	2
Диана	0	1	0	0	1
Саша	0	0	0	0	0
Денис	0	0	1	1	2
Артем	2	2	2	1	7
Даша	1	2	1	1	5
Сережа	1	1	1	0	3
Костя	2	2	2	1	6
Максим	1	1	0	0	2
Валера	1	1	1	0	3

По результатам видно, что в только у одного обучающегося достаточный уровень сформированности мелкой моторики, то есть у него хорошая амплитуда движений отводящих мышц рук, достаточная переключаемость с одной позы на другую, последовательность движений не нарушается, статическая и динамическая координация сформированы. У двух обучающихся – средний уровень сформированности мелкой моторики, а у остальных обучающихся – низкий уровень сформированности мелкой моторики: недостаточная амплитуда движений отводящих мышц рук, недостаточно сформирована переключаемость с одного движения на другое и наблюдается нарушение ритма, статическая координация не сформирована, то есть обучающиеся не смогли удержать позы, где нужно было соединить

кончики большого и указательного пальцев, а остальные прижать друг к другу и выпрямить и то же самое, только соединить кончики большого, указательного и среднего пальцев, наблюдается недостаточная сформированность динамической координации, то есть нарушены: точность, последовательность и ритмичность.

Таблица 11

Результаты обследования состояния пространственной ориентировки на листе бумаги

Имя	1	2	Общий балл
Вероника	0	0	0
Диана	1	2	3
Саша	0	1	1
Денис	0	0	0
Артем	2	1	3
Даша	2	2	4
Серёжа	1	0	1
Костя	1	1	2
Максим	2	2	4
Валера	1	2	3

По данным из таблицы можно сделать вывод, что у четырех обучающихся ориентировка на листе бумаги не сформирована (обучающиеся выполняли задания с помощью взрослого, либо совсем не выполняли инструкции и путались в диагональных направлениях), у одного – сформирована недостаточно (выполняли неточно инструкции, путались в направлениях, но свои ошибки замечали и исправляли, иногда обращались за помощью, некоторые путались в расположении предметов), а у пятерых обучающихся – ориентировка на плоскости бумаги сформирована (но были затруднения у кого-то в направлении движения, но ошибки исправляли сами, а у других – в диагональных направлениях).

Таблица 12

Результаты обследования состояния двигательных графических навыков

Имя	Удержание ручки	Постановка руки	Прямые линии	Лабиринт	Штриховка	Итого
Вероника	0	0	0	1	0	1

Продолжение таблицы 12

Диана	1	1	0	2	1	5
Саша	0	0	0	1	0	1
Денис	0	0	0	0	0	0
Артем	2	1	2	1	1	7
Даша	2	2	2	2	2	10
Сережа	1	1	0	1	1	4
Костя	1	1	0	0	1	3
Максим	1	2	1	1	0	5
Валера	2	1	2	2	2	9

По результатам данной таблицы можно сказать, что двигательные графические навыки сформированы у двух обучающихся, у пяти обучающихся – не сформированы (наблюдались нарушения в удержании ручки, при рисовании линий от точки до крестика наблюдался тремор, из-за чего линии были неровные и с разрывами, при штриховке штрихи были неровные, линии разорваны и выходили за пределы фигуры более чем на 5мм), у трех навыков сформирован недостаточно.

Таблица 13

***Результаты обследования состояния зрительно-моторной
координации***

Имя	Продолжи узор	Скопируй фигуры	Зеркало	Итого
Вероника	0	0	0	0
Диана	1	1	2	4
Саша	1	0	0	1
Денис	0	0	1	1
Артем	1	0	1	2
Даша	2	2	2	6
Сережа	0	0	0	0
Костя	0	1	1	2
Максим	1	1	1	3
Валера	1	1	2	4

Полученные данные свидетельствуют о том, что зрительно – моторная координация у 70% обучающихся не сформирована (при дорисовывании цепочки фигур у некоторых обучающихся линии были ровные, но наблюдалась неточность воспроизведения элементов, у других наоборот были линии неровные, множественные и неправильно нарисованы фигуры,

так же все обучающиеся не смогли срисовать фигуры с образца: линии «дрожащие», присутствуют разрывы, дополнительные штрихи, нарушены пропорции и размеры, в задании с зеркальным отображением не все обучающиеся смогли справиться, была нарушена симметричность), у 20% – сформирована недостаточно (не справились с копированием геометрических фигур и было нарушение в продолжении узора), и у 10% – сформирована (но была неточность в копировании фигур, дрожащие линии, но без разрывов).

Таблица 14

Общий вывод о состоянии графомоторных навыков обучающихся

Имя	Общий балл
Вероника	1
Диана	14
Саша	3
Денис	4
Артем	19
Даша	24
Сережа	7
Костя	13
Максим	13
Валера	18

23 – 28 баллов – графомоторные навыки сформированы,

10 – 22 баллов – средний уровень; необходимы тренировочные упражнения;

0 – 9 баллов – низкий уровень.

В результате исследования состояния графомоторных навыков обучающихся я сделала вывод, что у четырех обучающихся, что составляет 40% из всех остальных – уровень сформированности графомоторных навыков низкий, у пяти обучающихся (50%) – средний уровень сформированности и лишь у одного обучающегося (10%) графомоторные навыки сформированы. Таким образом, графические навыки обучающихся в результате повторной диагностики были оценены по низкому и среднему уровню.

В итоге можно прийти к выводу о том, что уровень развития графомоторных навыков обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта в результате проведенной коррекционной работы несколько улучшился, но это улучшение можно назвать незначительным.

Результаты обследования по методике «Домик» Н. Н. Гуткиной.

После повторного проведения методики «Домик» Н. Н. Гуткиной получились следующие результаты: у двоих обучающихся (20%) уровень сформированности пространственного восприятия высокий (было нарушение срисовывания картинки в расположении забора не на одной общей с основанием дома линии, а как бы в подвешенном в воздухе состоянии); у одного ребенка (10%)

– средний уровень (разрыв линий, залезание одной линии на другую и забор не на одной линии с домом); у трех обучающихся (30%) – низкий уровень сформированности (залезание линий одной на другую, разрывы, дым под углом); и у остальных четырех обучающихся (40%) – пространственное восприятие не сформировано (проследовались все нарушения срисовывания).

Проведенное исследование позволило выявить у обучающихся с нарушениями интеллекта специфические особенности развития графомоторных навыков:

- 1) нарушения мелкой моторики в большой степени;
- 2) ограниченность, скованность, несоразмерность движений пальцев рук, при этом движения замедлены, неуклюжи, большие сложности возникают при выполнении действий, требующих переключений движений или быстрой смены поз;
- 3) недостаточная сформированность тактильно-двигательного восприятия, динамического и пространственного праксиса, а так же кинестетической основы двигательного акта;
- 4) недостаточная сформированность навыков зрительно-двигательной координации.

Вышеперечисленные нарушения отрицательно сказываются на усвоении обучающимися учебной программы, приводят к возникновению негативного отношения к учебе. Кроме общих, характерных особенностей у обучающихся с нарушениями интеллекта выявлены индивидуальные недостатки. Выявление индивидуальных недостатков у обучающихся с нарушениями интеллекта способствуют составлению обоснованного маршрута развития и осуществлению индивидуальной коррекции. Актуальность разработки и реализации индивидуального маршрута развития графомоторных навыков у обучающихся с нарушениями интеллекта не вызывает сомнений и обусловлено необходимостью создания продуктивных условий педагогического процесса и отсутствием программы коррекционно-развивающего обучения для данной категории обучающихся.

Основным содержанием индивидуального маршрута развития графомоторных навыков должна стать систематическая работа направленная на развитие мелкой мускулатуры и дифференцированности движений кистей и пальцев рук, то есть формирования функциональной (физиологической) готовности к графической деятельности письма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Тема исследования актуальна, подтверждением тому является значительные затруднения в обучении письму у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта. Из-за интеллектуальных и психофизических отклонений в развитии у обучающихся рассматриваемой категории процесс формирования графомоторных навыков письма осуществляется со специфическими особенностями.

Можно отметить что формирование и развитие графического навыка письма – это процесс сам по себе сложный и длительный, а у обучающихся с нарушениями интеллекта еще более трудоемкий и специфичный. Данная специфичность обусловлена и структурой самого акта письма, и структурой формирования навыка, и психофизиологическим механизмом, лежащим в его основе. Однако, несмотря на все вышеназванные сложности обучения письму – при многократном, систематическом повторении упражнений обучающимися по отработке данного навыка, он совершенствуется и автоматизируется.

Из-за недостаточности динамичности мышц руки, недоразвития мелкой моторики и слабого мышечного тонуса у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта процесс формирования графомоторных навыков значительно осложнен. Множественные графические ошибки, трудности письма являются последствиями замедленности процесса переработки сенсорной информации, несовершенства межанализаторной интеграции, несовершенства зрительного и двигательного контроля за движениями приводит к многочисленным графическим ошибкам и трудностям письма.

В ходе работы был проведен констатирующий эксперимент для уточнения уровня сформированности графических навыков

(пространственная ориентировка на плоскости листа, двигательные графические навыки, зрительно-моторная координация); умения ориентироваться в своей работе на образец (произвольное внимание, пространственное восприятие, сенсомоторная координация). В результате были сделаны выводы о низкой сформированности графомоторных навыков и составлен коррекционно–развивающий курс, направленный на улучшение состояния графомоторного навыка, состоящий из 30 занятий. После завершения курса был проведен контрольный эксперимент.

Исследование проводилось на базе Государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области "Екатеринбургская школа №1, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы" в марте, апреле 2018 года.

В исследовании приняли участие 10 обучающихся 3 класса: 3 девочки и 7 мальчиков.

Обследование проводилось по методикам М. М. Безруких, М. Озьяс, Н. О. Озерецкого, Н. И. Гуревич, Д. Элтон, Д. Тейлор, Н. Н. Гуткиной. По результатам обследования можно сделать выводы, что задания выполнены обучающимися в большинстве случаев на низком и среднем уровне (лишь у одного обучающегося результаты были выше среднего). Следовательно, у обучающихся недостаточно развиты: мелкая моторика, графические навыки (пространственная ориентировка на плоскости листа, двигательные графические навыки, зрительно – моторная координация); умение ориентироваться в своей работе на образец (произвольное внимание, пространственное восприятие, сенсомоторная координация).

После проведения коррекционно развивающих мероприятий уровень развития графомоторных навыков у экспериментальной группы улучшился. Однако эти улучшения были незначительными. Проведенная исследовательская-экспериментальная работа и ее результаты поставили новые задачи, которые направлены на разработку индивидуальной работы с каждым из обучающихся. Кроме того, результаты данного исследования,

говорят о том, что для эффективной работы с обучающимися младших классов с нарушениями интеллекта большую роль играет привлечение родителей этих детей. В работах зарубежных педагогов на первом месте стоят именно родители а не педагоги. Важно не только повторять и закреплять тот материал, который был изучен в школе, но и разработать индивидуальную систему упражнений и заданий, которые будут выполняться дома, дополняя классную работу. Важно учитывать как индивидуальные возможности обучающегося так и возможности его родителей.

Подводя итоги можно полностью согласиться с мнением специальных психологов и педагогов о том, что процесс развития графомоторных навыков у обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта – это процесс трудоёмкий и длительный, который сопровождается сложностями, связанными с особенностями психофизиологического развития обучающихся данной категории.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аксенова, А. К. Методы обучения русскому языку в коррекционной школе [Текст] / А. К. Аксенова. – М. : Владос, 2002. – 106 с.
2. Агаркова, Н. Г. Основы формирования графического навыка у младших школьников [Текст] / Н. Г. Агаркова // Начальная школа. – 2009. – №4. – с. 15-17.
3. Бабенкова, Р. Д. Развитие статических функций у детей с болезнью Дауна / Р. Д. Бабенкова // Вопросы обучения и воспитания детей с нарушениями интеллекта / под ред. М. И. Кузьмицкой. — М., 1974.
4. Бачина, О. В. Пальчиковая гимнастика с предметами. Определение ведущей руки и развитие навыков письма у детей 6 – 8 лет [Текст] / О. В. Бачина. – М. : АРКТИ, 2006. – 88 с.
5. Безруких, М. М. Этапы формирования навыка письма [Текст] / М. М. Безруких. – М. , 2001. – 126 с.
6. Буцикина, Т. П. Развитие общей и мелкой моторики как основа формирования графомоторных навыков у младших школьников [Текст] / Т. П. Буцикина // М. : Логопед. – 2005. – №3. – С. 84-94.
7. Вайзман, Н. П. Реабилитационная педагогика [Текст] / Н. П. Вайзман. – М. : Аграф, 1996. – 160 с.
8. Валлон, А. Психическое развитие ребенка [Текст] / А. Валлон. – М. , 1968. – 386 с. (не переизд.)
9. Власова, Т. А. О детях с отклонениями в развитии [Текст] / Т. А. Власова., М. С. Певзнер. – М. : Просвещение, 1973. – 47 с. (не переизд.)
10. Воробьева, Т. А. Мяч и речь: Игры с мячом для развития речи, мелкой моторики и общей моторики [Текст] / Т. А. Воробьева, О. И. Крупенчук. – СПб. : КАРО, 2003. – 96 с.

11. Гаврина, С. Ю. Развиваем руки – чтобы учиться и писать, и красиво рисовать [Текст] / С. Ю. Гаврина, Н. Л. Кутявина. – Ярославль: Академия развития, 2007. – 180 с.
12. Голубь, В. Т. Графические диктанты: Пособие для занятий с детьми 5 – 7 лет [Текст] / В. Т. Голубь. – М.: ВАКО, 2008. – 144 с.
13. Гонеев, А. Д. Основы коррекционной педагогики [Текст] / А. Д. Гонеев. – М. : Академия, – 2006. – 264 с.
14. Гурьева, В. Психогенные расстройства у детей и подростков [Текст] / В. Гурьева. – М. : КРОН-ПРЕСС, 1996. – 208 с.
15. Гурьянов, Е. В. Психология обучения письму: Формирование графических навыков письма [Текст] / Е. В. Гурьянов. – М. : Издательство АПН, 1959. – 264 с. (не переизд.)
16. Диагностика школьной дезадаптации: Для шк. психологов и учителей нач. классов системы компенсирующего обучения [Текст] / Под ред. Н. Г. Лусканова, И. А. Коробейниковой, Г. Ф. Кумарина и др. – М. : Ред.-изд. Центр Консорциума «Социал. здоровье России», 1995. – 126 с.
17. Екжанова, Е. А. Системный подход к разработке программы коррекционно-развивающего обучения детей с нарушениями интеллекта [Текст] / Е. А. Екжанова // Дефектология. – 2009. – №6. – С. 25 – 34.
18. Елецкая, О. В. Развитие и коррекция грамотности [Текст] / О. В. Елецкая, Н. Ю. Горбачевская – М. : Школьная Пресса, 2005. – 96 с.
19. Ефименкова, Л. Н. Коррекция устной и письменной речи учащихся начальных классов: пособие для логопеда [Текст] / Л. Н. Ефименкова. – М. : ВЛАДОС, 2001. – 410 с.
20. Ефименкова, Л. Н. Исправление и предупреждение дисграфии у детей [Текст] / Л. Н. Ефименкова, И. Н. Садовникова. – М. : ПКО, 2002. – 312с.
21. Зак, Г. Г. Индивидуальный маршрут развития графомоторных навыков у учащихся с синдромом Дауна / Г. Г. Зак, А. В. Кубасов, Н. В. Сергеева // Специальное образование. — 2014. — № 3 (35).

22. Зак, Г. Г. Система работы по коррекции мелкой моторики у детей с синдромом Дауна («Театр движений») / Г. Г. Зак, А. В. Кубасов, Н. В. Сергеева // Специальное образование. — 2013. — № 3 (31).
23. Зикеев, А. Г. Развитие речи учащихся специальных (коррекционных) учреждений [Текст] / А. Г. Зикеев. — М.: Академия, 2002. — 174 с.
24. Илюхина, В. А. Особенности формирования графических навыков и анализ ошибок при письме [Текст] / В. А. Илюхина // Начальная школа — 2008. — №8. — С. 16-19.
25. Исправление недостатков произношения, чтения и письма учащихся [Текст] : учебник / Г. А. Каше [и др.] ; под ред. Р. Е. Левиной — М.: Учпедгиз, 1960. — 416 с. (не переизд.)
26. Кинаш, Е. А. Особенности готовности к письму умственно отсталых детей, воспитывающихся в условиях ДОО компенсирующего вида [Текст] / Е. А. Кинаш // Дефектология. — 2007. — №6. — с. 60-66.
27. Ковалевская, Н. И. Будем грамотными. 1 класс. I полугодие [Текст] / Н. И. Ковалевская. — М.: Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2002. — 192 с.
28. Корнев, А. Н. Нарушения чтения и письма у детей: Учебно-методическое пособие [Текст] / А. Н. Корнев. — М.: СПб.: ИД «М и М», 1997. — 210 с.
29. Краткий психологический словарь [Текст] / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — М.: Инфра-М, 2005. — 512 с.
30. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет) [Текст] : учебное пособие / И. Ю. Кулагина. — М.: Изд-во РОУ, 1996. — 180 с.
31. Лалаева, Р. И. Диагностика и коррекция нарушений чтения и письма у младших школьников: Учебно-методическое пособие [Текст] / Р. И. Лалаева, Л. В. Венедиктова. — М.: СПб.: Союз, 2008. — 198 с.

32. Лебединская, К. С. Нарушения психического развития в детском возрасте [Текст] / К. С. Лебединская. – М.: Академия, 2003. – 410 с.
33. Лурия, А. Р. Очерки психофизиологии письма [Текст] / А. Р. Лурия. М., 1950. – 98 с. (не переизд.)
34. Лурия, А. Р. Письмо и речь: нейролингвистические исследования [Текст] / А. Р. Лурия. – М.: Академия, 2002. – 304 с.
35. Мальцева, Е. В. Организация коррекционной развивающей работы по подготовке к письму воспитанников коррекционных групп в старшем дошкольном возрасте [Текст] / Е. В. Мальцева // Дефектология. – 2005. – №2. – С. 60-64.
36. Мастюкова, Е. М. Ребенок с отклонениями в развитии [Текст] / Е. М. Мастюкова. – М.: Просвещение, 1992. – 245 с. (не переизд.)
37. Насонова, В. А. Особенности межанализаторных связей и их роль в усвоении навыков чтения и письма детьми с задержкой психического развития [Текст] / В. А. Насонова // Дефектология. – 2007. – №2. – С. 41-46.
38. Новикова, Е. В. Как подготовить руку ребенка к письму: Комплекс упражнений для тренинга мышц рук у детей [Текст] / Е. В. Новикова. – М.: ПКО, 2002. – 182 с.
39. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития (олигофренопедагогика) [Текст] / Под ред. Б. П. Пузанова. – М. : Academia, 2001. – 434 с.
40. Петров, А. В. Игротека «Ловкие ручки» обучает и воспитывает : метод. пособие / А. В. Петров. — Великий Новгород : НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2002.
41. Петрова В. Г. Психология умственно отсталых школьников [Текст] / В. Г. Петрова, И. В. Белякова – М.: Академия, 2002. – 159 с.
42. Письмо и чтение: трудности обучения и коррекция [Текст]: Учебное пособие / Под ред. О. Б. Иншаковой. – М. : Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2006. – 512 с.

43. Психолого – медико – педагогическое обследование ребенка. Комплект рабочих материалов [Текст] : Под общей редакцией / М. М. Семаго. – М. , 1999. – 224 с. (не переизд.)
44. Рахмакова, Г. Н. Некоторые особенности письменной речи у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / Г. Н. Рахмакова // Дефектология. – 2004. – №2. – С. 10-14.
45. Российская, Е. Н. Методика формирования самостоятельной письменной речи у детей [Текст] / Е. Н. Российская. – М. : Айрис – пресс, 2004. – 230 с.
46. Садовникова, И. Н. Нарушения письменной речи и их преодоление у младших школьников [Текст] : Учебное пособие / И. Н. Садовникова. – М. : ВЛАДОС, 1997. – 282 с.
47. Сальникова, Т. П. Методика обучения грамоте [Текст] / Т. П. Сальникова. – М. : Воронеж, 1996. – 280 с. (не переизд.)
48. Bruni, M. Fine Motor Skills for Children with Down Syndrome. A Guide for Parents and Professionals / Maryanne Bruni. — Second Ed. — Woodbine House, 2006. — 236 p.
49. Kumin, L. Early Communicatoin Skills for Children with Down Syndrome: A Guide for Parents and Professionals (Topics in Down Syndrome) / Libby Kumin. — Third Ed. — Woodbine House, 2012. — 392 p.
50. Pueshiel, S. M. Behaviourial observations in children with Downs syndrome / S. M. Pueshiel, J. C. Bernier, J. C. Pezzullo // J Ment Defic Res. — 1991. — Dec. 35. — P. 502—511.

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Институт специального образования

Кафедра теории и методики обучения лиц с ограниченными возможностями
здоровья

**Формирование и закрепление графомоторных навыков у
обучающихся младших классов с нарушениями интеллекта**

Приложения к выпускной квалификационной работе
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
Профиль «Олигофренопедагогика»

Исполнитель:
Новгородцева Анастасия
Викторовна
обучающийся _БО-41 группы
очного отделения

подпись

Научный руководитель:
Мухин Николай Юрьевич
Кандидат филологических наук,
доцент кафедры теории и
методики обучения лиц с
ограниченными возможностями
здоровья

Подпись

Екатеринбург 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Приложение 1. Констатирующий эксперимент «Рисуем узор».....	77
Приложение 2. Констатирующий эксперимент «Графический диктант».....	88
Приложение 3. Констатирующий эксперимент «Прямые линии».....	99
Приложение 4. Констатирующий эксперимент «Лабиринт».....	110
Приложение 5. Констатирующий эксперимент «Заштрихуй фигуры»...	121
Приложение 6. Констатирующий эксперимент «Продолжи узор».....	132
Приложение 7. Констатирующий эксперимент «Скопируй фигуры»...	143
Приложение 8. Констатирующий эксперимент «Зеркало».....	154
Приложение 9. Констатирующий эксперимент «Домик».....	165
Приложение 10. Контрольный эксперимент «Рисуем узор».....	176
Приложение 11. Контрольный эксперимент «Графический диктант»...	187
Приложение 12. Контрольный эксперимент «Прямые линии».....	198
Приложение 13. Контрольный эксперимент «Лабиринт».....	209
Приложение 14. Контрольный эксперимент «Заштрихуй фигуры».....	220
Приложение 15. Контрольный эксперимент «Продолжи узор».....	231
Приложение 16. Контрольный эксперимент «Скопируй фигуры».....	242
Приложение 17. Контрольный эксперимент «Зеркало».....	253
Приложение 18. Контрольный эксперимент «Домик».....	264
Приложение 19. Коррекционно-развивающий курс.....	275
Приложение 20. Упражнения коррекционно-развивающего курса.....	286

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Констатирующий эксперимент «Рисуем узор»

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Констатирующий эксперимент «Графический диктант»

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Констатирующий эксперимент «Прямые линии»

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Констатирующий эксперимент «Лабиринт»

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Констатирующий эксперимент «Заштрихуй фигуры»

Констатирующий эксперимент «Продолжи узор»

Констатирующий эксперимент «Скопируй фигуры»

Констатирующий эксперимент «Зеркало»

Констатирующий эксперимент «Домик»

Контрольный эксперимент «Рисуем узор»

Контрольный эксперимент «Графический диктант»

ПРИЛОЖЕНИЕ 12

Контрольный эксперимент «Прямые линии»

Контрольный эксперимент «Лабиринт»

Контрольный эксперимент «Заштрихуй фигуры»

ПРИЛОЖЕНИЕ 15

Контрольный эксперимент «Продолжи узор»

ПРИЛОЖЕНИЕ 16

Контрольный эксперимент «Скопируй фигуры»

Контрольный эксперимент «Зеркало»

Констатирующий эксперимент «Домик»

Коррекционный курс

№ занятия	Наименование форм работы, упражнений
1 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 15 раз.</p> <p>Самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз; «Мытье головы» (а); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка». «Волшебные обводилки» - рис.25 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу); расположение листа горизонтальное на столе).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 1 п, 2 п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 18 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Прощание.</p>
2 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 20-25 раз.</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз – по вертикали; возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении – по горизонтали; «Мытье головы» (а); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка».</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.26 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу); расположение листа горизонтальное на столе).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 3 п, 4 п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 19 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Прощание.</p>
3 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Потягивания».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» (по 12 р.)</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они</p>

	<p>замерзли; разминаются три раза сверху вниз – по вертикали; возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении – по горизонтали; «Мытье головы» (б); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» (если хорошо выученные, то усложнение - с закрытыми глазами).</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.27.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 5 л, 6 л («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 20 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Травинка на ветру».</p> <p>Прощание.</p>
4 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Потягивания».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» (по 12 р.)</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз – по вертикали; возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении – по горизонтали; «Мытье головы» (б); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» (с закрытыми глазами).</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.28.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 7 л, 8 л («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 21 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Травинка на ветру».</p> <p>Прощание.</p>
5 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; головы - «Обезьяна расчесывается»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.29.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 9 л+п, 10 л+ п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 22 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p> <p>Прощание.</p>
6 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p>

	<p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; головы - «Обезьяна расчесывается»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.30.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 1 – 11 л+п, 12 л+ п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 22 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p> <p>Прощание.</p>
7 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Гибкая шея, свободные плечи»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.31.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 1п, 2 п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 23 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Силач».</p> <p>Прощание.</p>
8 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Гибкая шея, свободные плечи»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.32.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 3п, 4 п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 24 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Силач».</p> <p>Прощание.</p>

9 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (без хлопка и с хлопком).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Гибкая шея, свободные плечи»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.33.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 5л, 6 л («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 25 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление «Штанга».</p> <p>Прощание.</p>
10 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (без хлопка и с хлопком).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Гибкая шея, свободные плечи»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.34.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 7л, 8 л («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 26 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление «Штанга».</p> <p>Прощание.</p>
11 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская»;</p> <p>Упражнения: «Сова», «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.35 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук по стрелкам (фишками, мелкими игрушками); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 9 л+п, 10 л+п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 27 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Прощание.</p>

12 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская»; «Глазки отдыхают».</p> <p>Упражнения: «Сова», «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.36 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук по стрелкам (фишками, мелкими игрушками); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 2 – 11 л+п, 12 л+п («От линии к линии»).</p> <p>Графический диктант – 28 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Прощание.</p>
13 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Стройные ноги».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (а).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Часики»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.37 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) или прорисовываются линии внутри полого контура обеими руками одновременно, но в разных направлениях (по стрелкам); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 3 – 1п, 2 п («От линии к линии»).</p> <p>Расслабление «Дракон».</p> <p>Прощание.</p>
14 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Стройные ноги».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (а).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Часики»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.38 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) или прорисовываются линии внутри полого контура обеими руками</p>

	<p>одновременно, но в разных направлениях (по стрелкам); расположение листа горизонтальное или вертикальное). Узоры в тетради в клеточку 3 – 3п, 4 п («От линии к линии»)). Расслабление «Дракон». Прощание.</p>
15 занятие	<p>Приветствие. Разминка «Снеговик». Ритмирование: «Ладушки» (б). Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Часики»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская». Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»); «Волшебные обводилки» - рис.39. Узоры в тетради в клеточку 3 – 5л, 6 л («От линии к линии»)). Расслабление «Дракон». Прощание.</p>
16 занятие	<p>Приветствие. Разминка «Снеговик». Ритмирование: «Ладушки» (б). Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их; указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз; «Часики»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская». Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»); «Волшебные обводилки» - рис.40. Узоры в тетради в клеточку 3 – 7л, 8 л («От линии к линии»)). Расслабление «Дракон». Прощание.</p>
17 занятие	<p>Приветствие. Разминка «Дерево». Ритмирование: «Ладушки» (в). Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»; «Точки здоровья»; «Молоток 1». Упражнения: «Рисующий слон» («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»); «Волшебные обводилки» - рис.41. Узоры в тетради в клеточку 3 – 9 л+п, 10 л+п («От линии к линии»)). Расслабление «Сосулька». Прощание.</p>

18 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дерево».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (в).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»; «Точки здоровья»; «Молоток 1».</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон» («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.41.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 3 – 11 л+п, 12 л+п («От линии к линии»).</p> <p>Расслабление «Сосулька».</p> <p>Прощание.</p>
19 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дракон».</p> <p>Ритмирование: «Кнопки мозга».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; «Ушки»; «Точки здоровья»; «Молоток 2».</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон», «Колечки» - с закрытыми глазами; («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.42.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 4 – 1 п, 2 п («От линии к линии»).</p> <p>Расслабление «Огонь и лед».</p> <p>Прощание.</p>
20 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дракон».</p> <p>Ритмирование: «Кнопки мозга».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж <i>биологически активных зон</i>: крыльев носа сверху вниз; надбровных дуг от переносицы к вискам; ушных раковин; самомассаж головы (О.А. Андреев «Тренируем свою память»); «Молоток 2».</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон», «Колечки» - с закрытыми глазами; («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.43.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 4 – 3 п, 4 п («От линии к линии»).</p> <p>Расслабление «Огонь и лед».</p> <p>Прощание.</p>
21 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: «Придумай ритм».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж <i>биологически активных зон</i>: крыльев носа сверху вниз; надбровных дуг от переносицы к вискам; ушных раковин; самомассаж головы (О.А. Андреев «Тренируем свою память»).</p> <p>Упражнения: «Симметричные рисунки» («Сова», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p>

	<p>«Волшебные обводилки» - рис.44. Узоры в тетради в клеточку 4 – 5 -8 л («От линии к линии»).</p> <p>«Море волнуется».</p> <p>Расслабление «Море».</p> <p>Прощание.</p>
22 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: «Придумай ритм».</p> <p>Массаж/само массаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон: крыльев носа сверху вниз; надбровных дуг от переносицы к вискам; ушных раковин; само массаж головы (О.А. Андреев «Тренируем свою память»).</p> <p>Упражнения: «Симметричные рисунки» («Сова», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.45.</p> <p>Узоры в тетради в клеточку 4 – 9-12 л + п («От линии к линии»).</p> <p>«Море волнуется».</p> <p>Расслабление «Море».</p> <p>Прощание.</p>
23 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Повтори ритм» (руками).</p> <p>Массаж/само массаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон.</p> <p>Упражнения: («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.46.</p> <p>Лабиринт 1 («Не просто лабиринты»).</p> <p>«Чайничек с крышечкой».</p> <p>Расслабление «Росток».</p> <p>Прощание.</p>
24 занятие	<p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Потягивание».</p> <p>Ритмирование: «Повтори ритм» (ногами).</p> <p>Массаж/само массаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; Массаж/само массаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон.</p> <p>Упражнения: («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»).</p> <p>«Чайничек с крышечкой».</p> <p>Лабиринт 2 («Не просто лабиринты»).</p> <p>Расслабление «Росток».</p> <p>Прощание.</p>

25 занятие	Приветствие. Разминка «Струночка». Ритмирование: «Придумай ритм». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: («Паровозик», «Сова» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»). «Парад». Лабиринт 3 («Не просто лабиринты»). Расслабление «Олени». Прощание.
26 занятие	Приветствие. Разминка «Сбросим усталость». Ритмирование: «Придумай ритм». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: («Паровозик», «Сова» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»). «Буратино». Лабиринт 4 («Не просто лабиринты»). Расслабление «Олени». Прощание.
27 занятие	Приветствие. Разминка «Растяжки для ног». Ритмирование: перекрестные движения «Шаги в море». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»). Лабиринт 5 («Не просто лабиринты»). Расслабление «Кораблик». Прощание.
28 занятие	Приветствие. Разминка «Стройные ноги». Ритмирование: перекрестные движения «Шаги в море». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»). Лабиринт 5 («Не просто лабиринты»). Расслабление «Кораблик». Прощание.

29 занятие	Приветствие. Разминка «Дерево». Ритмирование: «Цыганочка». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: (повторить выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Лабиринт 6 («Не просто лабиринты») «Руки- ноги 2». «Волшебные обводилки» (творческая работа с готовыми узорами). Расслабление «Напряглись-расслабились». Прощание.
30 занятие	Приветствие. Разминка «Дракон». Ритмирование: «Ритм по кругу». Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинки; массаж биологически активных зон. Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их). Лабиринт 7 («Не просто лабиринты») «Руки- ноги 3». «Волшебные обводилки» (творческая работа с готовыми узорами). Расслабление «Напряглись-расслабились». Прощание.

Варианты упражнений коррекционно-развивающего курса

Упражнение для приветствия и прощания «Ручеек радости»: обучающиеся берутся за руки, мысленно передают друг другу радость (можно слегка пожать руку соседу или передать улыбку).

Упражнения для разминки:

1.Соединение движения с дыханием:

«Тянемся к солнышку». Встать, ноги на ширине плеч, руки опущены. На вдохе медленно поднять руки вверх, постепенно «растягивая» все тело: начиная с пальцев рук, потом тянемся запястьями, локтями, плечами, грудным отделом, поясницей и ногами, но без особого напряжения и не отрывая пяток от пола. Задержать дыхание — «кончиками пальцев рук тянемся к солнышку». Выдохнуть, опуская руки, расслабиться.

Потягивания. Встать, ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулаки и опущены вниз. На медленном вдохе — поднять кулаки над плечами, сохраняя локти слегка согнутыми, и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову; вытянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на носки (представьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Зафиксировать эту позу, задержать дыхание. На выдохе опустить руки вниз, пытаюсь «достать» пальчиками до пола.

«Струночка». Встать, ноги вместе, руки подняты вверх. «Растягиваем» все тело на медленном вдохе, потягиваясь одновременно двумя руками и корпусом; затем — только правой стороной тела (рука, бок, нога), потом — только левой стороной тела. Спина при этом не должна напрягаться и выгибаться. Спросите ребенка о том, вытянулась ли его спина, руки, ноги.

«Звезда». Встать в позе «звезды» (ноги немного шире плеч, руки подняты вверх и слегка разведены в стороны). Выполняем растяжки,

аналогично предыдущим, но не односторонние, а диагональные. Поднимаем и оттягиваем назад правую ногу, одновременно растягивая вверх левую руку — по диагонали, при этом левая нога и правая рука расслаблены.

Расслабиться. Затем то же выполняется по другой диагонали.

Растяжки для ног. Ноги на ширине плеч. На вдохе поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз. На выдохе (возможны четыре варианта выполнения упражнения — по команде педагога):

— медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги левой рукой; остаться в этом положении пять секунд (пауза) и вернуться в и.п.

Стараться не сгибать ног и рук;

— то же — для правой руки и ноги;

— медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги правой рукой; остаться в этом положении пять секунд и вернуться в и.п. Не сгибать ног и рук;

— то же — для левой руки и правой ноги.

(Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только))

Растяжка «Дерево». И.п. – сидя на корточках. Ребенку предлагается спрятать голову в колени, обхватить голову руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Ребенок медленно поднимается на ноги, затем распрямляет туловище, вытягивает руки вверх. Затем нужно напрячь мышцы тела и вытянуть вверх. Подул сильный ветер: ребенок раскачивает тело, имитируя дерево.

Растяжка «Снеговик». И.п. – стоя. Ребенок представляет, что он только что слепленный снеговик. Тело должно быть напряжено, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т.д. В конце – ребенок мягко падает на пол и лежит как лужица воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала

испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

(А.Л.Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»)

«Сбросим усталость». И.п.-стоя, ноги пошире. Собираем усталость снизу вверх: с ног, живота, груди, с головы в большой мешок и сбрасываем (руки сжаты в кулаки над головой) усталость вниз со звуком «Ха!». Руки и тело свободно свисают.

«Стройные ноги». И.п.-стоя, стопы вместе, ноги вместе. руки свободно опущены. Шея, спина, голова составляют одну прямую линию. Туловище, руки расслаблены. Подниматься на носки и опускаться на пятки, пружиня и качаясь так, чтобы пятки только чуть касались пола. Дыхание свободное, глаза закрыты, лицо спокойное (25-100р.).

«Дракон». И.п.-стоя, ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, пружинят в такт в руками-крыльями. Затем приземлиться на остров и начать «размешивать» хвостом море.

(С.Кузнеченкова «Нейройога. Воспитание и развитие ребенка с пользой для здоровья»)

2. Ритмирование:

«Телеграфисты». Ученики по очереди воспроизводят серии ударов по столу, разделенных длинными и короткими паузами. Серии постепенно удлиняются и усложняются по структуре. Образцы ритмов:

№ 1 - III, III

№ 2 - III I, I III, II II

№ 3- II III, III, II

№ 4 - III III, II III, III, II

(Н.П. Локалова «120 уроков психологического развития младших школьников», урок №9)

«Повтори ритм». Педагог задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, «2–2–3» (в начале освоения дается зрительное подкрепление —

ребенок видит руки педагога). Затем происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, с закрытыми глазами):

— ребенок повторяет ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары по столу), комбинированно (например, «2» – правой рукой, «2» – левой рукой, «3» – одновременно двумя руками);

— ребенку предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами: сначала отмашка всей ногой, затем движения только стопой; прыжки на одной, двух ногах.

«Ритм по кругу». Дети садятся полукругом. Педагог отбивает какую-то ритмическую серию. Дети внимательно слушают ее и повторяют (по отдельности или все вместе). Когда ритм освоен, они получают команду: «Давайте прохлопаем этот ритм так: каждый по очереди отбивает по одному отрывку из всего заданного ритма. Слева направо. Когда ритм закончится, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала; и так до моей команды «Стоп». Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок — получает штрафное очко или выбывает из игры».

Ритмические движения. Сначала, аналогично упражнениям, приведенным выше, происходит отработка ритмического рисунка в статике, затем — его проигрывание в динамике: дети двигаются по кругу, все вместе или по очереди выполняя ритмический фрагмент, создавая единую мелодию и двигаясь в заданном ритме.

«Придумай ритм». Упражнения с применением ритмических музыкальных инструментов. Здесь ребенок может либо повторять заданный ритм, либо придумать его и воспроизвести. Это упражнение хорошо выполнять в группе, когда одни по кругу то воспроизводят ритмы других, то задают свой, контролируя при этом правильность повторения.

Движение под музыку. Упражнения с использованием специально подобранных музыкальных фрагментов с различной ритмической

структурой. Детям предлагается произвольно (или повторяя уже усвоенные двигательные упражнения) двигаться под музыку в соответствии со звучащим ритмическим рисунком.

«Ладушки». Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребенка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, но не только руками, но и сидя — ногами. Затем усложните задачу:

а) хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером «левая-правая», хлопок, хлопок с партнером «правая-левая». Далее задача усложняется, увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов.

Аналогично — ногами.

б) «кулак-ладонь»: руки ребенка все время повернуты ладонями друг к другу; хлопок в ладоши, хлопок кулака о ладонь, хлопок, хлопок ладони о кулак (поза меняется на противоположную. Играя в паре, ребенок после хлопка «кулак-ладонь» делает с вами. В еще более сложном варианте — «кулак-ладонь» с партнером делается перекрещенными руками (впереди то левая, то правая рука).

в) «ладушки» с разворотами ладоней: классический вариант, в котором хлопки с партнером осуществляются так, что одна ладонь ребенка смотрит вниз, а другая — вверх (ставятся друг на друга ребрами).

Перекрестные и односторонние движения. На первом этапе ребенок медленно шагает, попеременно касаясь то правой, то левой рукой противоположного колена (перекрестные движения). Педагог на этапе освоения упражнения отсчитывает 8 (12) раз в медленном темпе. На втором этапе ребенок так же шагает, но уже касаясь одноименного колена (односторонние движения). Тоже 8 (12) раз. На третьем и пятом этапах — перекрестные движения, на четвертом — односторонние. Обязательное условие — начинать и заканчивать упражнение перекрестными движениями. После того как ребенок освоил данное упражнение под внешний счет, можно

предложить выполнить его самостоятельно — самому считать и контролируя последовательность и переключение с движения на движение, а также выполнять перекрестные и односторонние движения под ритмичную музыку.

(Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только))

Перекрестные движения «Шаги в море». Медленная ходьба на месте под счет педагога (с 5-10 шагов с постепенным увеличением до 100): ребенок попеременно касается правым локтем левого колена и левым локтем — правого. Модификация: пальцы обеих рук смыкаются в замок то под правым, то под левым приподнятым коленом под счет педагога.

«Цыганочка». И.п.-стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены. Дотронуться правой рукой до левого колена (согнутая в колене нога поднимается вперед и вверх). Затем сзади дотронуться левой рукой до правой пятки (согнутая в колене правая нога отводится назад). Повторить весь цикл 3 раза.

(С.Кузнеченкова «Полезные сказки и упражнения для родителей»)

«Здравствуйте, ушки!». По команде «ушки» дети дважды перекрестно накладывают руки на ушки, слегка захватив мочки (левая рука - на правое ушко и одновременно с этим правая рука — на левое; правая рука сверху, при повторном касании правая рука - снизу). По команде «Плечи» - дети дважды перекрестно, меняя «верхнюю» руку, захватывают руками именно плечи. 10-20 р. — чередуя команды «Ушки-Плечи-Колени-Локти».

Усложнение: ведущий может намеренно «путать» детей их несоответствием.

«Ушко-носик».левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное (левое) ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, поменять положение рук «с точностью наоборот» (другой вариант - одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью наоборот»).

«Кнопки мозга» - необходимо массировать одновременно большим и средним пальцами левой руки парные точки в подключичных впадинах, положив при этом правую (потом левую) руку на пупок (10-20 раз).

(Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомотрных навыков»)

3. Упражнения, повышающие энергетический потенциал:

Массаж и самомассаж:

- подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»), легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»); (с помощью карандаша, толстой веревки, ореха, массажного мячика, шарика-суджок, сенсорного коврика - наждачная бумага);

(Л.А.Метиева, Э.Я. Удалова «Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии»)

- Растирание и разминка пальцев рук и всей кисти от кончиков пальцев к основанию и обратно; особое внимание следует уделить большим пальцам. Имитация «силового» мытья, растирания и пожатия рук;

(Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только))

- ГОЛОВЫ:

«Мытье головы»

а) Пальцы слегка расставить и немного согнуть в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении: 1) ото лба к макушке, 2) ото лба до затылка и 3) от ушей к шее.

б) Пальцы слегка согнуты, поверхность ногтей и первые фаланги плотно соприкасаются с поверхностью головы сразу за ушами; массаж

производится ребенком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

«Обезьяна расчесывается». Правая рука массирует пальцами голову от левого виска к правой части затылка и обратно. Затем левая рука — от правого виска к левой части затылка. В более сложном варианте руки перекрещиваются у основания волос (большие пальцы — по средней линии); в такой позе ребенок интенсивно массирует голову ото лба к шее и обратно.

-ушей:

- **«Ушки»:** массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Другой вариант: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз — по вертикали; возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении — по горизонтали (пальцы, исключая большие, соединены и направлены к затылку, локти вперед). Затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их. Указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз. Это упражнение тонизирует кору головного мозга, уменьшает ощущение шума в ушах, головную боль, головокружение.

(Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомотрных навыков»; Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только))

- шеи, плеч:

«Гибкая шея, свободные плечи». Массировать шею сзади (сверху вниз) двумя руками: поглаживающие, похлопывающие, пощипывающие, растирающие, спиралевидные движения.

Аналогично:

правой рукой массировать левое плечо в направлении от шеи к плечевому суставу, затем левой рукой — правое плечо;

правой рукой взяться за левое плечо и сделать 5–10 вращательных движений по часовой стрелке и против нее, то же — левой рукой, затем обеими руками одновременно.

«Глазки отдыхают». Закрывать глаза. Межфаланговыми суставами больших пальцев сделать 3–5 массирующих движений по векам от внутренних к наружным уголкам глаз, повторить то же движение под глазами. После этого помассировать брови от переносицы к вискам.

После массажа век и области вокруг глаз 3–5 раз повернуть глазные яблоки влево, вправо, вверх и вниз, по кругу. На несколько секунд широко открыть глаза, затем сильно зажмурить. Это снимает напряжение и улучшает кровообращение в области глаз, улучшает зрение.

«Точки здоровья»: точка - «ума» (на лбу между бровями), «бодрости» (кончик носа), «рыцарская» (ямка у основания шеи) («Практикум по сказкотерапии»/ Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой).

- массаж **биологически активных зон**: крыльев носа сверху вниз; надбровных дуг от переносицы к вискам; ушных раковин; самомассаж головы (О.А. Андреев «Тренируем свою память»).

«Часики» - и.п.сидя; энергично наклонять голову то к правому, то к левому плечу/вперед, назад (можно добавить слова «тик-так», вначале делать осторожно; до 25 раз).

«Молоток 1» - расположить свои ладони перпендикулярно друг другу и производить резкие хлопки (5-10 хлопков); места соприкосновения - углубления между запястьем и нижней частью ладони; затем местами соприкосновения становятся внешние стороны запястья.

«Молоток 2» - руки вытянуты вперед, кисти сжаты в кулак; резкие удары выполнять сначала кулаками, обращенными вверх, а затем - вниз; во время удара должно происходить полное совмещение боковых поверхностей сжатых кулаков.

(С.Кузнеченкова «Полезные сказки и упражнения для родителей»)

Упражнения для развития мелкой моторики, межполушарного взаимодействия:

«Ладонь-кулак» - руки ладонями вниз лежат на столе, затем одновременно сжимаются в кулак и снова ложатся ладонями на стол (Л.А.Метиева, Э.Я. Удалова «Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии»).

«Солнышко и тучка»/ «Лягушка» - Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак («тучка»), другая лежит на плоскости стола (ладошка – «солнышко»). Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков», А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников», «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Зеркальце и полочка» - ладонь правой руки раскрыта и поставлена вертикально, большой палец отставлен в сторону; взгляд - в центр ладони («зеркальце»); ладонь левой руки горизонтальна, большой палец руки плотно прижат к ладони, средний палец приставлен к ребру деовой ладони у основания мизинца («полочка») (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков»).

«Кулак-ребро-ладонь» - Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет сначала вместе с педагогом, затем по памяти. Выполняется сначала правой рукой, затем левой, потом двумя руками вместе (можно помогать себе командами вслух или про себя: «кулак – ребро - ладонь») (А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников», «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Колечки» - Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно

указательный, средний и т. д. Сначала выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу), потом в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе (А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников», «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Лезгинка» - Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6 - 8 смен позиций (А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников», «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Змейки» - Предложите ребенку представить, что его пальцы – это маленькие змейки. Они могут двигаться, извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном направлении ладони сначала «смотрят» от ребенка, потом – друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки) (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Паровозик» - правую руку положить на левую надкостную мышцу, одновременно делая 10-12 маленьких кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой, плечом вперед, затем столько же назад. Поменять позиции рук и повторить упражнение (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Рисующий слон» - сесть в позу слона. Колени слегка подогнуты. Наклониться головой к плечу. Вытянуть руку вперед и рисовать ей горизонтальную восьмерку, затем повторить тоже другой рукой (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Сова» - с силой схватить левое плечо правой рукой, головой медленно пересекать среднюю линию тела, поворачивая налево, направо. Расслабиться.

Сделать три полных цикла дыхания на три поворота головы. Повторить тоже для другого плеча. Добавить вокализацию: голова у плеча – вдох, голова на груди – выдох с вокализацией «у-у-х», голова у другого плеча – вдох и т.д.

«Замок» - скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе; двигать пальцем, на который укажет ведущий; палец должен двигаться точно и четко.

(А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Ленивые восьмерки»/ «Горизонтальная восьмерка» - нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза одной рукой, потом другой, затем двумя ускорениями (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков», А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников»).

«Рисуем в воздухе»/ «Симметричные рисунки» - нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков», А.Л. Сиротюк «Коррекция обучения и развития школьников»).

Упражнения для развития графомоторных навыков:

«Обводка, копирование рисунков» (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков»): комплект «Волшебные обводилки» включает в себя 12 рисунков в формате А4 и 34 рисунка формата А3; листы располагаются вертикально или горизонтально; дети могут обводить и раскрашивать (заштриховывать) рисунки одной рукой или двумя, стоя или сидя; упражнения на основе рисунков задуманы таким образом, чтобы у ребенка как можно дольше сохранялся интерес к работе, которая требует многократного копирования одних и тех же рисунков-образцов, которые могут быть использованы для штриховки, раскрашивания, создания разного рода поделок.

Рисунки 1 —10 предназначены для работы на начальных этапах занятий с детьми всех возрастов.

Начинать работу следует с обведения рисунка пальцем (кистью руки), а затем постепенно вводить другие упражнения по обводке контуров. Обводить рисунки можно как в вертикальной, так и в горизонтальной плоскостях. Сначала обводятся отдельные части рисунка незаточенным концом карандаша (можно отметить небольшой участок линии, а затем постепенно увеличивать объем выполненной работы).

Следующий этап — катание маленькой машинки по контурам горизонтально расположенных рисунков с последующей обводкой их фишкой от любой детской игры.

Ощутимый результат по развитию рук дает обкатка контуров маленьким шипованным мячиком, особенно из положения стоя по укрепленному на стене рисунку. При этом ребенок должен перебирать мячик пальцами, а не катить его ладонью.

После того как ребенок научится обводить весь контур не останавливаясь, можно переходить к непосредственному копированию рисунка. На первых этапах — лишь отдельных частей образца (карандашом или фломастером).

Рисунки 11—24.

Для работы с этой группой рисунков необходимо предварительно скопировать предлагаемый образец (любым способом) вначале по внешнему, а затем и внутреннему контурам на бумагу. В результате будет получена полая контурная линия. Эту линию можно заполнить разными способами:

- внутри нее проложить параллельно основным многочисленные дополнительные контуры цветными карандашами поочередно каждой рукой и в разных направлениях (не за один раз);

- закрасить отдельные участки полой линии цветными карандашами, чередуя цвета.

Симметричные образцы, представленные на рис. 25—34, предназначены в первую очередь для синхронизации работы обеих рук:

ребенок выполняет упражнение непосредственно по образцам, без предварительного копирования. Он действует двумя руками одновременно как при горизонтальном, так и вертикальном расположении рисунка.

Порядок работы:

- ребенок обводит контур рисунка пальцами (или кистью руки), а затем движениями над ним в воздухе каждой рукой в отдельности и в двух направлениях (сначала слева направо, затем справа налево) для создания образарисунка;
- контур обводится одновременно пальцами обеих рук в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу). Для самоконтроля на отдельных симметричных участках рисунков отмечены точки, которые обе руки должны пройти одновременно;
- обводка контура фишками (от детской игры) одновременно обеими руками в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу).

Копирование рисунков 25—34 карандашом одновременно обеими руками и в разных направлениях не предусмотрено, так они слишком сложны для этого. Если ребенок захочет их скопировать для раскрашивания или изготовления поделок, он может сделать это одной рукой любым из описанных ранее способов. Однако при определенной заинтересованности можно научить ребенка самостоятельно копировать эти рисунки и обеими руками одновременно.

Образцы рисунков 35—46. Упражнения заключаются в одновременном прорисовывании линии внутри полого контура обеими руками, но в разных направлениях (по стрелкам). Для контроля на отдельных симметричных участках рисунков отмечены точки, которые обе руки должны пройти одновременно. Рисунки не предназначены для копирования, однако при желании детей их можно скопировать любым из предложенных выше способов (более подробно см. в пособии).

«Продолжи узор» (И. Ткачева «От линии к линии»): в данном пособии предлагаются различные узоры (имитация тетради в клеточку), которые выполняются отдельно правой или левой рукой, а также двумя руками одновременно при работе двумя руками можно рассчитывать на гармоничное, сбалансированное развитие как тонко координированных движений рук ребенка, так и обоих полушарий головного мозга

«Рисование по клеточкам» (Л.Морозова «Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»): интересные графические диктанты учат ребенка ориентироваться по тетради и по клеточкам, способствуют развитию восприятия, мышления, произвольного внимания

«Лабиринты» (Г.М. Зегебарт «Не просто лабиринты»): в ходе игры «Лабиринты» у детей развиваются внимание и память, мышление и воображение, формируются графомоторные навыки, произвольность, появляется упорство в достижении цели, что важно для детей дошкольного возраста, особенно для подготовки к школе.

(работать с лабиринтом можно непосредственно на бумажном бланке или вставить его в прозрачный пластиковый уголок, файл)

Данные «Лабиринты» — особенные, дополненные новыми заданиями и разделенные на несколько самостоятельных этапов; предназначено для детей 5-12 лет и содержит три комплекта заданий:

Комплект № 1. «Нарисуй дорогу». Задача ребенка — найти путь следования между двумя точками лабиринта. В комплект входят шестнадцать постепенно усложняющихся лабиринтов (с. 5—20).

(Выполнить данные лабиринты можно и с помощью ИКТ - программа Microsoft Office PowerPoint - презентация «Не просто лабиринты»).

Комплект № 2. «Создай картинку». Задача ребенка — сравнить получившуюся траекторию движения с образцом (эталон), дорисовать присутствующие на образце детали, в результате чего должна получиться картинка — символическое изображение птенца, елочки, кенгуру и пр.

Комплект представлен двенадцатью лабиринтами разной степени сложности и двумя типами эталонов (с. 21—45).

Комплект № 3. «Построй лабиринт». Задача ребенка — скопировать с образца на сетку символическое изображение-картинку, а затем внутри контура этого изображения самостоятельно построить лабиринт. Комплект состоит из четырех картинок (см. с. 46—48). (более подробные инструкции по использованию предоставлены в данном пособии)

Упражнения на расслабление, психогимнастика:

«Сухой листик» - и.п. – стоя; ноги на ширине плеч; руки опущены вдоль тела глаза смотрят прямо перед собой. По команде дети начинают медленно опускать вниз взгляд, потом голову, плечи, округлять спину – полное расслабление мышц спины, плеч, рук («листик засох и оторвался от ветки») (Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков»).

«Кулачки» - освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук. Сжать пальцы в кулак покрепче. Руки положить на колени. Сжать их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем. Кисти рук потеплели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно! Вдох – пауза, выдох - пауза! (3 раза) (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Штанга» - расслабление мышц рук, ног, корпуса. Упражнение выполняется стоя. «Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно опускаются вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза»(3 раза) (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Любопытная Варвара» - расслабление мышц шеи. А) «Поверните голову влево, постарайтесь сделать это так, чтобы увидеть как можно

дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Стали твердые, как каменные. Вернитесь в исходное положение. Аналогично в другую сторону. Вдох – пауза, выдох – пауза.

Любопытна Варвара смотрит влево... Смотрит вправо...

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена ».

Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

Б) «Теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Больше откиньте голову назад! Как напряглась шея! Неприятно! Дышать трудно. Выпрямьтесь. Легко стало, свободно дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза.

А Варвара смотрит вверх! Выше всех и дальше вверх!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Шея не напряжена и расслаблена».

В) «Сейчас медленно опустите голову вниз. Напрягаются мышцы шеи. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею. Она расслаблена. Приятно, хорошо дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза.

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно – расслабление приятно!

Гея не напряжена и расслаблена».

(А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»)

«Поза покоя» - необходимо сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить; формула общего покоя произносится медленно, тихим голосом:

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,

Но пока не все умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая - очень легкая, простая,

Замедляется движение, исчезает напряжение...

И становится понятно – расслабление приятно!

(А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»)

«Олени» - дети представляют, что они олени; поднимают руки над головой, скрещивают их, широко расставив пальцы; напрягают руки, чтобы стали твердыми, а потом роняют их на колени, расслабляют руки (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Кораблик» - дети представляют, что они на корабле, их качает и чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу (руки за спиной); потом поочередно прижимать к полу то правую, то левую ногу (раскачиваться).

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

«Огонь и лед» - по команде «огонь» дети начинают интенсивные движения все телом, по команде «лед» - дети застывают (напряжение тела); несколько раз чередуются команды.

(А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью», Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только))

«Раскачивающееся дерево» - и.п.стоя; ребенок представляет себя каким-нибудь деревом: корни – ноги, ствол – туловище, крона – руки и голова; «дерево раскачивается» вправо и влево, вперед и назад.

«Море» - сидя или стоя; история с движениями: «на море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной, а затем другой рукой в воздухе рисуют маленькие волны; руки в замок – большая волна); по волнам плывут дельфины (синхронные однообразные движениями руками); они сначала вместе, потом по очереди ныряют в воду – один нырнул, другой нырнул (поочередные волнообразные движения рук); за ними плывут дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед); они ныряют вместе и по очереди (одновременные и поочередные волнообразные движения); вот так

двигаются их хвостики (каждый палец поочередно - волнообразные движения); вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются); все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах).

«Потянулись-сломались»/ «Куклы» - стоя, руки и все тело устремлены вверх, пятки на полу; «кисти сломались, руки сломались в локтях, плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в талии, подогнулись колени, упали на пол, лежим расслаблено» (С.Кузнеченкова «Полезные сказки и упражнения для родителей»).

«Росток» - и.п.на корточках, голова к коленям; дети представляют себя маленькими ростками только что показавшиеся из земли; росток растет, постепенно выпрямляется, раскрывается и устремляется вверх к солнцу (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»).

«Напряглись-расслабились». В положении стоя или сидя ребенку предлагается напрячь все тело как можно сильнее, через несколько секунд напряжение сбросить, расслабиться. Прodelать то же самое с каждой частью тела (педагог называет поочередно части тела, останавливаясь на каждом сегменте в отдельности — правая рука, шея, спина, живот, поясница, правая нога и т.д.).

«Силач». Выполнить контрастное напряжение и расслабление плечевого пояса, рук и ног, представляя, что вы: держите в руках (ногой, на плече) тяжелые гири; поднимаете над головой тяжелую корзину с яблоками; отжимаете штангу; удерживаете ногой закрывающуюся дверь; раздвигаете руками тесно переплетенные ветви деревьев в лесной чаще.

«Травинка на ветру». Ребенок изображает всем телом травинку (сесть на стул или на пол, на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох). Начинает дуть ветер, и травинка наклоняется до земли (выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытягиваются вперед, ладони на полу; не меняя положения туловища, потянуть руки по полу еще

дальше вперед). Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку (на вдохе вернуться в исходное положение, потянуться вверх).

«Дракон». Ребенок изображает дракона, облетающего дозором свои владения: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, пружинят в такт с руками-крыльями. Затем он приземляется на остров и начинает «размешивать» хвостом море (предлагается и как упражнение на растяжку и расслабление).

(Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только) см. Приложение 9).

«Сосулька» («Мороженое»). Встаньте, закройте глаза, руки поднимите вверх. Представьте, что вы — сосулька или мороженое. Напрягите все мышцы вашего тела. Запомните эти ощущения. Замерьте в этой позе на 1–2 минуты. Затем представьте, что под действием солнечного тепла вы начинаете медленно таять. Расслабляйте постепенно кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног и т.д. Запомните ощущения в состоянии расслабления. Выполняйте упражнение до достижения оптимального психоэмоционального состояния. Это упражнение можно выполнять лежа на полу.

Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 37/2004. Метод быстрого снятия сильного эмоционального или физического напряжения.

Функциональные упражнения для развития концентрации внимания и двигательного контроля (А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью»):

«Чайничек с крышечкой» - ребенок пропевает песенку, сопровождая ее жестами:

Чайничек! (вертикальные движения ребрами ладоней)

На чайничке — крышечка (левая рука складывается в кулак, правая — ладонью делает круговые движения над кулаком).

На крышечке - шишечка (вертикальные движения кулаками).

В шишечке – дырочка (указательный и большой пальцы обеих рук делают колечки).

Из дырочки пар идет (указательными пальцами рисуются спиральки).

Пар идет с дырочки,

Дырочка в шишечке,

Шишечка на крышечке,

Крышечка на чайничке.

«Руки – ноги» - и.п. стоя; прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами:

1.Ноги вместе - руки врозь.

Ноги врозь - руки вместе.

Ноги вместе – руки вместе.

Ноги врозь – руки врозь.

2.Ноги вправо – руки влево.

Ноги влево – руки вправо.

Ноги вправо – руки вправо.

Ноги влево - руки влево.

3.Левая рука вперед, правая рука назад + правая рука вперед, левая рука назад.

Левая рука назад, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога вперед.

Левая рука вперед, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога назад.

Левая рука назад, правая рука назад + правая рука вперед, левая нога вперед.

«Буратино» - и.п. стоя.

Правая рука вверх + прыжок на левой ноге.

Левая рука вверх + прыжок на правой ноге.

Правая рука вверх + прыжок на правой ноге.

Левая рука вверх + прыжок на левой ноге.

«Парад» - и.п.стоя. Марширование на счет «раз-два-три-четыре» с добавлением хлопков:

Раз (хлопок) – два - три - четыре.

Раз -два (хлопок) – три – четыре.

Раз – два -три (хлопок) – четыре.

Раз -два -три – четыре (хлопок).

«Море волнуется» - детям предлагается интенсивно двигаться по комнате, принимая различные позы:

Море волнуется - раз.

Море волнуется - два.

Море волнуется - три.

Морская фигура - замри.